

प्रकाशक—

जीवन-ज्योति साहित्य सदन

२३२१, मटिया महल

दिल्ली।

—*—

Copy Right

First Edition

October 1931.

कुं० वीरेंद्र सिंह भदौरियाके प्रबन्ध से
“राजेन्द्र प्रिण्टिङ्ग प्रेस्” ईश्वर भवन
खारीवावड़ी देहली में
मुद्रित।

—*—



उपहार

सेवामें:—

श्री० _____



राष्ट्र का उज्ज्वल भविष्य जिनमें साररूप से गभित है जो अज्ञान के कारण अपनी विश्व विदित शक्तियोंको भूल बैठे हैं। जो प्रतिकूल परिस्थितियों को भी अनुकूल करनेकी क्षमता रखते हैं। जिनकी वर्तमान पतितवस्था को देख इस पुस्तकके लिखने की आवश्यकता प्रतीत हुई, राष्ट्र के उन्हीं भावी भाग्य प्रवर्तकों-नवयुवकों के कर-कमलों में यह पुस्तक सप्रेम समर्पित है,

लेखक—

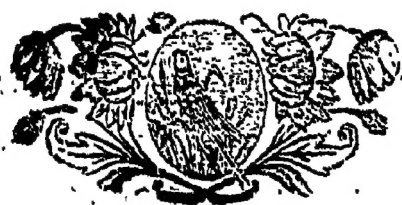
विषय सूची

१ प्रवचन

२ प्रकाशक का वक्तव्य

१ पहिला अध्याय	स्वप्नदोष पर एक दृष्टि	१
२ दूसरा अध्याय	स्वप्नदोष मृत्यु है	६
३ तीसरा अध्याय	वीर्य क्या है	६
४ चौथा अध्याय	वीर्य अमूल्य रत्न है	१०
५ पांचवां अध्याय	स्वप्नदोष क्या है	१६
६ छठा अध्याय	स्त्रियों को स्वप्नदोष	१६
७ सातवां अध्याय	स्वप्नदोष के कारण	२२
८ आठवां अध्याय	अप्राकृतिक व्यभिचार	२८
९ नवां अध्याय	हस्तमैथुन	३१
१० दसवां अध्याय	गुदा मैथुन	३६
११ ग्यारहवां अध्याय	मुख मैथुन	४२
१२ बारहवां अध्याय	पशु मैथुन	४४
१३ तेरहवां अध्याय	बहु स्त्री प्रसङ्ग	४७
१४ चौदहवां अध्याय	खान पान सम्बन्धी दोष	५१
१५ पन्द्रहवां अध्याय	स्वप्नदोष का रोगी (अविवाहित)	५७
१६ सोलहवां अध्याय	स्वप्नदोष का रोगी (विवाहित)	६०

१० सप्तहर्षा अध्याय	रोगी के लक्षण	६३
१८ अष्टहर्षा अध्याय	स्वप्नदोष के उपद्रव	७०
१९ उन्नीसवां अध्याय	रोगी की मानसिक अवस्था	७३
२० बीसवां अध्याय	चिकित्सा	७६
२१ इक्कीसवां अध्याय	मानसिक पवित्रता	७६
२२ बाईसवां अध्याय	संयत दिनचर्या	८२
२३ तेईसवां अध्याय	शेष दिन चर्या	६२
२४ चौबीसवां अध्याय	दैवी शक्ति की शरण	१०२
२५ पच्चीसवां अध्याय	आयुर्वेदिक चिकित्सा	१०७
२६ छत्तीसवां अध्याय	स्वप्नदोष नाशक अन्य अनुभूत	
	औषधियां	११५
२७ सत्ताईसवां अध्याय	स्वप्न दोष और सोजाक	१२०
२८ अठ्ठाईसवां अध्याय	स्वप्न दोष और प्रमेह	१२५
२९ उन्नतीसवां अध्याय	प्रमेह की सोध्यता और	
	असाध्यता	१३३
३० तीसवां अध्याय	मधुमेह	१३८
३१ इक्कीसवां अध्याय	प्रमेह की उपेक्षा से हानि	१४४
३२ बत्तीसवां अध्याय	प्रमेह चिकित्सा	१४६
३३ तैतीसवां अध्याय	अन्तिम निवेदन	१५३



प्रवचन



स्थान और पतन का नियमित चक्र आदि श्रष्टि से व्यक्ति, समाज और राष्ट्र पर समानरूपसे चल रहा है। कोई भी समाज अथवा राष्ट्र इस सेवचा नहीं है, फिर भारत ही कैसे बचता ! वही भारतदर्प जो कभी ज्ञानके उच्चतम शिखर पर स्थित था आज अज्ञानके निविड अन्धकारसे आच्छादित है। जहाँकि

नवयुवक अपने अखण्ड ग्रहचर्य के तेज से समस्त भूमण्डल को आलोकित करते थे वहीं के नवयुवक मलके कीटकी भाँति विषय वासनार्में लिप्त हैं। भारत का वायु मण्डल इतना दूषित हो गया है, नवयुवकों की मनोवृत्ति इतनी नीच हो गयी है कि अत्यन्त अल्प आयुमें इन्द्रिय परिचालन प्रारम्भ कर देते हैं। पुष्पको जब वह नवविकसित दशा में होता है मसल दिया जाता है उस का जीवन नष्ट कर दिया जाता है। वह पुष्प जिसे यदि विकास का अवसर मिलता तो शायद अपने सौरभ से समस्त वायुमण्डलको सुगन्धित एवं सुवासित कर देता कुसमयमें ही मुरझा जाता है।

आज भारत के ६६ प्रतिशत नवयुवक इस से पूर्व कि अपने को समझे अपने को बरबाद कर चुकते हैं, अपना जीवन नष्ट कर लेते हैं। शक्ति ह्रदता, धैर्य उत्साह, साहस आदि जो

नवयुवकों के भ्रूषण हैं वह उनका साथ छोड़ देते हैं और उनके स्थान पर किता, दुख, शोक भय आदि अवगुण अपना प्राधिपत्य जमा लेते हैं ।

इस प्रकार से राष्ट्र की भावी आशाओं पर पानी फिरता जा रहा है। कौन जानता है ! इन नवयुवकों में से यदि उन्हें विकास का अवसर मिलता, यदि उन्हें असमय में मसल न दिया जाता, यदि उनका जीवन नष्ट न कर दिया जाता तो भीष्म, अभिमन्यु, कर्ण, लक्ष्मण, महाराणा प्रताप, शिवाजी, गांधी, तिलक, नेपोलियन न्यूटन जैसे महा पुरुष निकलते ।

यह सब कुछ हो गया, देश गिरा, और बहुत बुरी तरह गिरा, किन्तु क्या अब केवल उसकी दशा पर आठ २ आस बहाने से ही काम चल जावेगा । रोने धोने से ही राष्ट्र का उद्धार हो जावेगा, नहीं कदापि नहीं, आवश्यकता इस बात की है कि अपनी भूलोंको, अपनी त्रुटियों को देखे सोचे सकझे और फिर दूर करने का प्रयत्न करे और यह प्रयत्न सच्चे हृदय से होना चाहिए आप जानते हैं सत्य में भगवान का निवास है, सत्य हृदय की प्रार्थना को वह स्वयं सुनते हैं । जिन भूले भाइयों ने गलती से अपनी जीवन नष्ट कर लिया हो वह सच्चे हृदय से भगवान से क्षमा मांगें और धैर्य पूर्वक अपनी अवस्था सुधारने में तत्पर हो जावे भगवान उन्हें सफलता देंगे ।

इस पुस्तक में उस रोग का वर्णन है जिससे आज भारत के ६६ प्रतिशत भाई बलान्त हैं, दुःखी हैं जीवन को भार स्वरूप समझने लगे हैं और आत्म हत्या जैसे महा पाप तक को करने के

लिये प्रस्तुत हैं' उन्हीं दुःखों भाइयों से विमित्र निवेदन है कि चिन्ताका परित्याग कर इस पुस्तक को पढ़ें और प्राद्यन्त पढ़नेके पश्चात् इसमें बताये हुये रोग मुक्ति के साधनों पर अमल करें । प्रमेह और मधुमेह भी स्वप्नदोष के निरन्तर होने से हो जाते हैं उनका भी स्वप्नदोष से सम्बन्ध है । इस लिये उनका भी वर्णन विस्तार पूर्वक किया गया है ।

यदि सी में से दस पांच भाइयों को भी इस पुस्तक से कुछ लाभ पहुँचा तो मैं अपने परिश्रम को सफल समझूँगा ।

विनीत —

उपेन्द्रनाथ शर्मा अंगव्रत ५



प्रकाशक का वक्तव्य ।

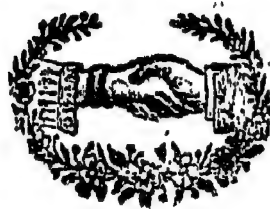


अन्धकारवाद के इस विकास युगमें जहाँ विभिन्न विद्यालयों को व्याधि रूप उपाधि प्राप्त कर नौकरी की तलाश करना ही मनुष्य-जीवन का चरम ध्येय समझा जाने लगा है। जहाँ मनुष्यत्व को छोड़ पशुत्व को अपनाया जा रहा है। जहाँ लोगों की मनोवृत्ति ठोसत्व को छोड़ का खोखलेपन की ओर झुक रही है। जहाँ जीवन और जागृति के स्थान में मृत्यु और अन्धकार को अपनाया जा रहा है। जहाँ गन्दे, निकम्मे, अश्लील, घासलेट्टी साहित्य को अभिरुचि से पढ़ा जाता है। जहाँ पाश्चात्य सभ्यता देवी के चरणों में प्राचीन आदर्शों की बलि दी जा रही है। वहाँ जीवन और जागृति सम्बन्धी साहित्य को कब अच्छी दृष्टि से देखा जा सकता है और यदि यही दशा और कुछ समय तक विरस्थायी रही तो बहुत सम्भव है देश पतन के भयावह गर्व में ऐसा डूब जावे कि उसका उद्धार होना असंभव हो जाय। यद्यपि देश की इस दशा को देख कई संस्थाओं से सद् साहित्य का निर्माण हो रहा है किन्तु वह इतनी भारी क्षति को पूर्ण करने के लिये यथेष्ट नहीं है।

इसी विचार को दृष्टिगत रख कुछ भाइयों के प्रेम और उत्साह से 'जीवनज्योति साहित्य सदन' की सृष्टि हुई है। इस संस्था द्वारा जीवनप्रद, राष्ट्र में जागृति उत्पन्न करने वाला

सद् साहित्य ही प्रकाशित होगा । - इससे उपन्यास, गद्य कविता तथा अन्य जो कुछ भी प्रकाशित होगा वह राष्ट्र में जीवन और जागृति उत्पन्न करेगा । प्रस्तुत पुस्तक को बाद में प्रकाशित करने का हमारा विचार था किन्तु इसकी आवश्यकता प्रथम समझी गयी और अब यह इस रूप में पाठकों के सन्तान उपस्थित है ।

आशा और विश्वास है कि जिस सद् भावना से प्रेरित होकर हम इस कार्य को प्रारम्भ करने जा रहे हैं जनता की जनार्दन उसका स्वागत कर हमारे उत्साह को बढ़ावेगी ।
तथास्तु !



स्वप्न-दोष

अथवा

स्वप्न-मेह

स्वप्न दोष

अथवा

स्वप्न-मेह

पहला अध्याय

● स्वप्नदोष पर एक दृष्टि ●



सर्व नाशकारी रोगसे भारतके सैकड़ों नहीं सहस्रों भाई प्रसित हैं और धीरे र धीरे क्षय होने के कारण अन्त में मृत्यु का आलिङ्गन करते हैं, जिस रोग ने नवयुवकों को नपुंसक बना दिया है और 'दिन' पर दिन खोखला किये डालता है, जिस रोगसे आक्रान्त युवकों के मुख मण्डल तेज रहित, जीवन रहित, उदास और चिन्ता प्रसूत दिखाई पड़ते हैं, जिस के कारणे उन के शरीर दुर्बल, धीर्यहीन, हृश, मांस हीन, चम्बेष्टित अवस्थि पञ्जर मात्र अवशेष रह गये हैं, क्यों इस स्वप्नदोष रोग से पीडित लोगों की संख्या बढ़ती जाती है ?

यह पुस्तक वर्तमान रोग प्रसिद्ध भावियों के लिए यथेष्ट लाभप्रद है, किन्तु क्या इस रोग के रोगियों का क्रम इसी प्रकार चलते रहना चाहिये ? क्या भावी सन्तान (Generation) को भी इसी प्रकार इस रोग के शिकार में पड़नेके उपरान्त बचानेका प्रयत्न करना बुद्धिमत्ताका कार्य होगा ? क्या अभी से उसका कोई प्रतिकर्ष नहीं होना चाहिये ? क्या अभी से उसके लिए चिन्तित होने की आवश्यकता नहीं ? नहीं, अवश्य है, भावी सन्तान अथवा दूसर जगहों में भावी राष्ट्र की रक्षा करना प्रत्येक विचारशील व्यक्ति का कर्तव्य है, प्रत्येक ईमानदार नागरिक का परम धर्म है।

भावी राष्ट्र की रक्षा का एक मात्र उपाय यही है कि उस को शैशवकाल में अक्षय की शिक्षा दी जाय। जब तक हमारा अक्षय्याश्रम सफलता पूर्वक व्यतीत नहीं होगा तब तक शेष तीनों आश्रम भी निकलने ही रहेंगे। जिस मफन को नींव दृढ़ रहेगी, वह स्थिरस्थायी रहेगा, किन्तु कच्ची नींव का मफन कभी स्थायी नहीं हो सकता। वह एक न एक दिन ढगमगा कर जगह से फट जायेगा और भस्म में गिर कर नष्ट हो जावेगा।

यदि आप भावी सन्तान को अक्षय की शिक्षा न दें उसी कच्ची नींव की भांति रखना चाहते हैं, और आशा रखते हैं कि वह राष्ट्र का उद्धार करे तो यह उतना ही सम्भव है जितना, कुल

स्वच्छोप अथवा स्वप्न-मेह ।

के बीज बोकर आम के फल को इच्छा करना । आम को फल तो आम लगाने से ही मिल सकता है । इस लिये यह अत्यन्त आवश्यक है कि ब्रह्मचर्य प्रणाली को जागृत किया जाय और उसके अनुसार शिक्षा दी जाय ।

शिक्षा ! तेरा घुरा हो !! तैने देश का सर्व नाश कर डाला !!! आज कल के शिक्षितों के मुख मण्डल को देखिये, ऐसा प्रतीत होगा मानो कोई मुर्दा कबर में से निकल कर घूमने लगा है । पीला २ चेहरा, गड़ी हुई आंखें, भुकी हुई कमर, बोमारो कीसी धाल से आप को शिक्षितों के पहिचानने में विलम्ब नहीं होगा । बी० ए० पास करते २ उन की वशा क्षय पीड़ित रोगों के समान हो जाती है ।

क्या शिक्षा का यही उद्देश्य है ? क्या आज कल के विद्यालयों और शिक्षालयों का यही काम है कि खिलते हुए पुष्पों को लेना और उन्हें मसल कर, उनका जीवन नष्ट कर के, फेंक देना ? आज आप अपने एक बालक को किसी विद्यालय में प्रविष्ट कराइये वह खूब स्वस्थ हो, दृष्ट पुष्ट हो । दस वर्ष बाद आप देखेंगी कि अब इसमें कुछ नहीं रह गया अब चलते फिरते उसे चक्रर आते हैं । उसकी बुद्धि काम नहीं करती । वह अपना पाठ भूल जाता है । नित्य-प्रति वैद्यों और डाक्टरों की आवश्यकता रहती है । विज्ञापन बाज़ों की दवाइयों से उसकी अलमारी भरी पड़ी है ।

यह सब क्यों ? उसी शिक्षा से ! उसी विद्यालय की कृपा से !! विद्यालयों में किस प्रकार बालक आपस में, एक दूसरे का जीवन बण्ड करते हैं किस प्रकार अध्यात्मिक व्यवहार का बाजार गर्म रहता है ? यह किसी से छिपा नहीं है, और तो और लिखते लेखनी कांपती है कि अनेक अध्यापक भी स्वयं ऐसे नीच और जघन्य कार्य करते पाये गये हैं । कितने शोक की धातु हैं कि जिन गुरुओं के आश्रमों में रहकर, बालक अस्मद्वि ब्रह्मचर्य की शिक्षा पाते थे, अपने में तेज और शक्ति सञ्चय करते थे । आज उन्हीं गुरुओं के द्वारा अपना सर्वस्व नाश कर, अपने जीवन को विनष्ट करते हैं । किसी ने ठीक कहा है : —

पहरे वाला चोर हो, तब कौन रखवालो करे ?

ब्राह्मण का क्या हाल हो जब माली ही पामाली करे ?

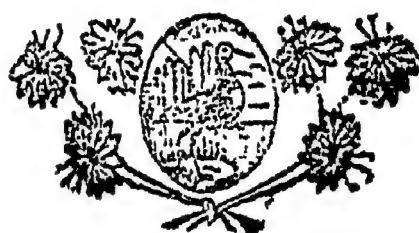
पाठक वृन्द ! यह वह कटु सत्य है जो छिपाया नहीं जा सकता, और जिसके छिपानेसे हानि ही हानि है । अब समय इन पापों को छिपाने का नहीं किन्तु धोने का है । ब्रह्मचर्य प्रणाली को जाग्रत कर इन पापों को धो डालिये तभी देश और जाति का कल्याण है । अस्तु ।

देश में अभी बालिकाओं की शिक्षा का प्रचार अधिक नहीं हुआ है, किन्तु बड़े बड़े नगरों में जहां कन्या विद्यालय खुल

स्वमदोष अथवा स्वसमेह ।

गये हैं। वहाँ से रोज़ समाचार प्राप्त होते हैं कि अमुक विद्यालय में इतनी कन्याओं को गर्भ रह गया। कन्याएँ भी, (!) हाँ, शिक्षिता कहलाने वाली कन्याएँ (!!) भी किस प्रकार शिक्षित बालकों की भाँति ही अप्राकृतिक व्यवभिचार कर अपने जीवन को नष्ट करती हैं और किन रोगों से पीड़ित हो जाती हैं यह आगे के किसी अध्याय में बतलाया जावेगा।

इस अप्रासङ्गिक किन्तु आवश्यक, बात को लिखने का तात्पर्य केवल यही है कि यह पुस्तक 'स्वमदोष' से पीड़ित भाइयों के लिये तो अवश्य लाभप्रद है, किन्तु भावी सन्तान को भी इसी प्रकार इस रोग से पीड़ित होने पर—जो इन्हीं अप्राकृतिक व्यवभिचारों से होता है—बचाना बुद्धिमानी का कार्य नहीं। वे इस से पीड़ित हो न हों, इसके लिये अभी से रुचेत होकर व्यवस्था करने की आवश्यकता है।



दसरा अध्याय

स्वप्न दोष मृत्यु है ।

जब हम प्राचीन तथा अर्वाचीन मोक्षोपशान्ति शरीर रचना, गठन, और बुद्धि, कल आदि पर विचार करते हैं, तो उन्हें प्रबल परिवर्तन मय पाते हैं। आज कल के नव जवान कहलाने वाले भाई से यदि किसी पिछले जमाने के ६०-७० वर्ष के वृद्ध की तुलना की जावे तो वह वयोवृद्ध उस "बूढ़े नवजवान" भाई से हर प्रकार सफल पाया जावेगा। ऐसे बूढ़े भी अभी तक जीवित हैं जो एक दिन में ४०-४५, ५०-५० कोस की यात्रा पैदल कर सकें। एक २-दिन में दस-दो ढाई-ढाई पाव घृत हजम कर जावें। इसके विपक्ष में आधुनिक नवयुवक यदि किसी दिन छटांक या आध पाव घी खा लें तो या तो वह चमन द्वारा बाहर आ जावे या उन्हें तीन दिन भूख ही न लगे। २-३ मील जानें पर वे धौंकनो की तरह हांपने लगते हैं। दीड़ना, व्यायाम करना, खेलना, सम्यक्त के विरुद्ध समझा जाता है।

इन बातों का प्रवर्तक कारण क्या है? प्राचीन काल में शक्ति वस्तु की प्राप्ति सम्भव थी, और वर्तमान समय में कहाँ तक शक्त की प्राप्ति असम्भव है? बहुधा लोगों को यह कहते सुना जाता

है कि प्राचीन काल की भाँति सम्प्रति पौष्टिक पदार्थ, घने, दूध आदि प्राप्त नहीं होते, बढिं होते भी हैं, तो अन्यान्य 'कृत्रिम' द्रव्य मिश्रित ।

यह बात सत्य है कि सर्व साधारण जनताको मँहगी तथा अन्याय्य कृत्रिम द्रव्य-मिश्रण होनेके कारण यह चीजें फजिन्ता से प्राप्त होती हैं, परन्तु जो सर्व सम्बन्ध है, सुगमता से प्रयोग करते हैं, जिनको सभी पौष्टिक पदार्थ सुगम्य हैं, वही अधिकतर दुर्बल दृष्टिगोचर होते हैं। उन्हींको दयां दयनीय है । समस्त पौष्टिक पदार्थों का सेवन करने पर भी उनके शरीर बलिष्ठ नहीं होते, वे शक्तिशाली नहीं बनते, उनका दिन प्रतिदिन ह्रास होता जाता है ।

इसकी तह में जाकर यदि इस का कारण खोजा जाय तो पता लगेगा कि इसका प्रधान कारण असाधारण अप्राकृतिक वीर्य नाश ही है । अप्राकृतिक रूपसे वीर्य नाश करने से, स्वप्न दोष और प्रमेह आरम्भ हो जाते हैं जो अधिक समय हो जाने पर असाध्य हो जाते हैं और किसी प्रकार नहीं दृढ़ते रोगी को अपना जीवन दूमर हो जाता है । वह दुःखी, क्लान्त, उदात्त, चिन्तित रहता है और अन्त में, मृत्यु का ग्रास बन जाता है । यदि बीधित भी रहा तो भी कभी प्रसन्न नहीं हो सकता न कभी अपना सदधर्मिणी ही को सन्तुष्ट कर सकता है । सदधर्मिणीके सन्तुष्ट न

स्वप्नदोष मृत्यु है।

होने पर व्यभिचार की वृद्धि होती है। इस प्रकार स्वप्नदोष और प्रमेह ~~का~~ रोगी मृत्यु के तुल्य दुःख भोगता है और पश्चात्ताप करता है, किन्तु 'अब पश्चात्ताप क्या होत है जब विद्विया चुग गई खेत।'।

अप्राकृतिक मैथुन, स्वप्नदोष द्वारा जिस सार वस्तु के निकल जाने पर यह सब उपद्रव तथा व्याधियां हो जाती हैं उसके सम्बन्ध में भी कुछ ज्ञान लेना अत्यावश्यक है। वीर्य क्या है? उसके अप्राकृतिक उपायों द्वारा निकलनेसे क्या हानि है? यह सब बातें भी विचारणीय हैं।



तीसरा अध्याय

वीर्य क्या है ?



यं जीवन है ! ज्योति है !! शक्ति है !!! सूर्य में अग्नि का, दीपक में तेल का, सिंह में पराक्रम का, जो स्थान है वही मनुष्य देह में वीर्य का है। जिस प्रकार अग्नि रहित सूर्य, तेल रहित दीपक, पराक्रम रहित सिंह निकम्मा है उसी प्रकार वीर्य बिना मनुष्यका जीवन नहीं। जगत के सभी पदार्थों में

एक सार तत्त्व होता है। उसके बल से ही उसमें जीवन और ज्योति रहती है। सारहीन पदार्थ की कभी स्थिति नहीं हो सकती। बड़े बड़े वैज्ञानिकों ने खोज और ढूँढ़ने बाद यह सिद्धान्त निश्चित किया है कि एक भी पदार्थ उस सार तत्त्व से हीन नहीं। वह सार तत्त्व किसी न किसी रूप में सभी वस्तुओं में है। उस सार तत्त्व के रहते, उस की विशेष शक्ति का लोप नहीं हो सका।

मानव शरीर में भी एक सार तत्त्व होता है उसी सार तत्त्व के कारण मनुष्य अपना जीवन धारण कर सकता है। वीर्य रहित शरीर की कोई स्थिति नहीं, क्योंकि वीर्य ही जीवन है और जहाँ वीर्य नहीं वहाँ जीवन नहीं, अर्थात् मृत्यु है। इसी सार तत्त्व का नाम 'वीर्य' है। जब तक शरीर में वीर्य की स्थिति रहती है तब तक मृत्यु नहीं होती। मृतक होनेकी दशा में वीर्य का पूर्ण रूपसे क्षय हो जाता है।

चाथा अध्याय

वीर्य अमूल्य रत्न है ।



पुरुष जो कुछ भी खाता है, वह सर्व प्रथम पाकाशय में जाता है। वहाँ उसका पाचन होता है और रस तैयार होता है। सार-भाग रक्त के रूप में परिवर्तित हो कर हृदय में चला जाता है और निस्सार भाग मज्जनकर मलाशय में चला जाता है—वह दूसरे भाग द्वारा शरीर के बाहर निकल जाता है। जो रस हृदय में चला गया था, उसका पुनः पचन होता है, वहाँ पर वह रक्त के रूप में परिवर्तित हो कर रक्त में जा मिलता है। यहाँ भी रक्त का पचन होता है। यहाँ वह तीन रूप में विभक्त हो जाता है—स्थूल, सूक्ष्म, और मल। स्थिर के उस मलको पित्त कहते हैं जो पाचक पित्त में मिल कर उसे पुष्ट करता है। सूक्ष्म भाग रक्त में मिल कर उसका पोषण और क्षति-पूर्ति करता है। शेष स्थूल भाग मांस में जा मिलता है। मांस में मिल कर इस का पचन फिर होता है, यहाँ वह पूर्वानुसार स्थूल, सूक्ष्म और मल के रूप में बदल जाता है। इस का मल भाग तो कान में जा कर मेल बन जाता है, सूक्ष्म भाग मांसमें रह कर पोषण करता है और जो स्थूल भाग होता है, वह मूत्र में जाता है।

स्वप्नदोष अथवा स्वप्न-मेह ।

मेह में पहुँचने के उपरान्त पाचन क्रिया द्वारा पूर्वोक्त तीन भागों में फिर विभक्त होता है। मल भाग शरीर रक्षा के लिए रोम कूपों में रहता है यह पसीना कहाँता है। सूक्ष्म भाग मेह में हो रहता है और उसे पुष्ट करता है। स्थूल भाग शारीरिक हड्डियों में जा मिलता है। यहां भी इसके पूर्वोक्त तीन भाग होते हैं। मल भाग से नख और चालों की उत्पत्ति होती है। सूक्ष्म भाग अस्थियों में ही रह जाता है और उन्हें पुष्ट करता है तथा स्थूल अंश मज्जा में जा मिलता है। उसी प्रकार पाचन क्रिया द्वारा यहां भी इसके तीन रूप होते हैं। मल आंखों के मैल-रूप में आंखों द्वारा बाहर निकल जाता है। सूक्ष्म-भाग मज्जा में ही मिला रहता है और उसकी क्षति पूर्ति करता है। इस सारी क्रिया के उपरान्त जो भाग अवशिष्ट रहा, वही "वीर्य" है। इसका किञ्चित् भो रूप परिवर्तन नहीं होता। बारम्बार तपा कर शुद्ध किये गये स्वर्ण की भाँति यह शुद्ध होता है।

इस शरीर के सार-तत्त्व को जो जठराग्नि की प्रज्वलित मट्टी में अनेक बार शुद्ध होकर 'बड़ी फट्टनाइयों' से थोड़ा-सा बनता है किस वेदों के साथ नष्ट किया जा रहा है, यह सब पर प्रकट है।

रस से लेकर मज्जा तक प्रत्येक धातु पांच गत दिन और ढेढ़ घड़ी तक अपनी अवस्थामें रहती है। तदनन्तर वीर्य बनता है

वीर्य अमूल्य रत्न है ।

अर्थात् ३० दिन-रात और ६ घड़ी में रस से वीर्य की उत्पत्ति होती है ।

सभी चिकित्सकों का मत है कि एक मास के पश्चात् पुरुष शरीर में वीर्य उत्पन्न होता है । इतने समय से पूर्व किसी के मत से भी वीर्य बनना नहीं सिद्ध होता ।

हमारा आयुर्वेद शास्त्र भी इस मत की पुष्टि करता है:—

“एव मासेन रसः शुक्रो भवति पुंसां स्त्रोणां त्वमिति ।”

(सुश्रुत संहिता)

अर्थात् इस प्रकार एक महीने में (क्रमशः छः धातुओं को पुष्ट करता हुआ) यह रस पुरुष के शरीर में वीर्य और स्त्री के शरीर में रज बनता है ।

३० दिन के बाद और ४० दिन के पूर्व इस जीवन-तत्त्व वीर्य का बनना सर्व सम्मत है ।

हमारे देश के कुछ वैज्ञानिकों का मत है कि एक तोला वीर्य के लिये एक सेर रक्त और एक सेर रक्त के लिये एक मन आहार की आवश्यकता है । कुछ लोगों का कथन है कि मनुष्य जो भोजन करता है उसके ४० ग्रास से एक बिन्दु रक्त और ४० बिन्दु रक्त से एक बिन्दु वीर्य उत्पन्न होता है ।

इस स्थान पर एक प्रश्न उठता है कि जब ४० ग्रास से एक बिन्दु रक्त और ४० बिन्दु रक्त से एक बिन्दु वीर्य की उत्पत्ति होती है तो छोटे २ बालकों में जिन्होंने भोजन करना आरम्भ कर दिया है वीर्य क्यों नहीं दिखाई देता ?

स्वप्नदोष अथवा स्वप्न मेह ।

यह बात ठीक है कि वीर्य उसी दिन से बनने लगता है जिस दिन से बालक आहार करता है किन्तु जिस प्रकार पुष्प की कली में सुगन्ध नहीं मालूम होती और उसी पुष्प के विकसित होने पर सुगन्ध आने लगती है, उसी तरह बालक रूपी पुष्प में, वीर्य रूपी सुगन्ध, किशोरावस्था के आरम्भ में दृष्टिगोचर होती है। इस अवस्था तक वह बालक के शरीर की वृद्धि और विकास में व्यय होता रहता है। यदि किसी प्रकार की बालक में वीर्य का बनना रोक दिया जाय, अथवा उसका निकास आरम्भ कर दिया जाय तो वह बालक कभी बढ़ नहीं सकेगा और न कभी जीवित रह सकेगा! यह वीर्य ही है जो शरीर का पालन पोषण करता है। जब तक इसकी रक्षा की जावेगी, शरीर के वृद्धि विकास का काम जारी रहेगा जिस दिन से इसका व्यय आरम्भ हो जायगा, उसी दिन से शरीर की वृद्धि धन्द होकर शनः शनः नाश आरम्भ हो जायगा।

प्रकृति के नियमानुसार २५ वर्ष की आयु तक मनुष्य के शरीर का वृद्धि-क्रम आरम्भ रहता है। तत्पश्चात् उसमें पुष्टता आती है।

प्रकृति के इस महान् नियम की अवहेलना करके जो व्यक्ति इस वृद्धि काल और पुष्टि काल में इस शरीर वर्द्धक, शरीर-पुष्टि-कारक, जीवन-तत्त्व पदार्थ वीर्य को अप्राकृतिक उपायों द्वारा खर्च करने लगता है उसको स्वप्न दोष, प्रमेह जैसे रोग सहज ही में

अपना शिकार बना लेते हैं और बढ़ने पर उसकी जोवन लीला समाप्त करके ही दम लेते हैं।

हमारे कुछ भोले भाइयों को यह भ्रम भी है कि यदि वीर्य मनुष्य शरीर में हमेशा बना रहता है और वह हमारे आहार का अन्तिम सार है, तो कुछ समय में हमारे शरीर में वह अत्यन्त अधिक मात्रा में एकत्रित हो जायगा। ऐसी अवस्था में हम यदि उसे काम में, अर्थात् स्खर्च में न लायेंगे तो फिर वह किस काम आयेगा? इस प्रकार उसे व्यर्थ पड़े रहने देने से क्या लाभ? क्यों न उसे खर्च किया जाय? आदि आदि।

हम उन भ्रम में पड़े हुए भाइयों को बता देना चाहते हैं कि आहार किये हुए पदार्थ से रस, रस से रक्त, रक्त से मांस, मांस से मेदा, मेदा से अस्थि, अस्थि से मज्जा और मज्जा से वीर्य बनता है। इसी प्रकार वीर्य की भी पाचन क्रिया होता है परन्तु इस में मल नहीं निकलता, केवल सूक्ष्म और स्थूल दो ही अंश बनते हैं। स्थूल भाग तो वीर्य में हो रहता है और सूक्ष्म भाग का ओज बन जाता है। कहने का तात्पर्य यह है कि सब धातुओं में श्रेष्ठ पदार्थ वीर्य है और वीर्य का श्रेष्ठ भाग ओज होता है। ओज ही का दूसरा नाम बल है। इस ओज की वृद्धि के साथ ही साथ शरीर की वृद्धि होती है और इसकी न्यूनता के साथ ही साथ क्रमशः शरीर का भी नाश हो जाता है। वीर्यवान् पुख्क ही ओजस्वी अर्थात् बलवान् होता है।

स्वप्नदोष अथवा स्वप्न-मेह ।

बुद्धि, बल, उत्साह, धैर्य, संयम, सौन्दर्य, लावण्य, तेजस्विता पुरुषार्थ आदि सभी गुण इसी ओज को विभूतियां हैं। ओजस्वी पुरुष पृथ्वी के समान सहिष्णु और सागर के समान शान्त होता है। जो लोग अप्राकृतिक उपायों द्वारा वीर्य को अधिकता से नष्ट करते हैं वे कदापि ओजस्वी नहीं हो सकते। अतः वे उक्त विभूतियों से वञ्चित रह जाते हैं उन में सहिष्णुता का एक मात्र अभाव रहता है। वह कभी शान्ति प्राप्त नहीं कर सकते, हमेशा अशान्त, चिन्तित दुःखी रहते हैं।

वीर्य अमूल्य रत्न है। प्रकृति स्वयं हमें प्रदान करती है। जो व्यक्ति इस परम पुनीत जीवन तत्व को अप्राकृतिक उपायों से नष्ट करता है वह मणी विहीन सर्प को भांति जीवन शून्य हो जाता है। उसे चारों ओर अन्धकार ही अन्धकार दिखाई देता है, और अन्त में उसी अन्धकार में ठोकरें खाते २ जीवन से हाथ धो बैठता है।

यह सार तत्त्व हस्त मैथुन, गुदा मैथुन, पशु मैथुन आदि कुकर्मों से नष्ट हो जाता है और मनुष्य को हमेशा के लिए स्वप्नदोष तथा प्रमेह का रोगी बना देता है फिर वह निरक्षमा हो जाता है और जिन्दगी में ही मौत का अनुभव करता है। इसी

स्वप्नदोष क्या है ।

लिये कहा है कि 'स्वप्नदोष मृत्यु है तथा धीर्य रक्षा जीवन है ।'

वीर्य को अमूल्यता तथा जीवन मरण के इस रहस्य को समझने के बाद प्रत्येक बुद्धिमान भाई का कर्तव्य है कि अपनी अवस्था पर विचार करके अपने को अधिक गिरने से बचाये और अप्राकृतिक उपायों द्वारा वीर्य नष्ट करने को महा पातक समझ कर इनसे बचने का प्रयत्न करे ।

पाँचवाँ अध्याय

स्वप्नदोष क्या है ?

इस बीसवीं शताब्दी में मनुष्य समाज को यह घत-लाने की आवश्यकता नहीं रह गई है कि 'स्वप्नदोष क्या है ?' क्योंकि सौ में से नित्यानवे ऐसे व्यक्तियों को स्वयं ही इसका अनुभव हो जाता है, अपवाद स्वरूप थोड़े ऐसे व्यक्ति हैं जिन्हें इस का ज्ञान न होता हो ।

विवाहित और अविवाहित हो स्त्री और पुरुष, स्कूलों, कालेजों के विद्यार्थी, और ऋषि कुलों, गुरुकुलों के ब्रह्मचारी, नगर निवासी और ग्राम निवासी सभी स्वप्नदोष से ग्रसित हैं । सभी को स्वप्न दोष क्या है, इसका थोड़ा बहुत ज्ञान है । फिर भी उन अपवाद

स्वप्नदोष अथवा स्वप्न-मेह

स्वरूप भाव्यों और इन ज्ञानवान् अज्ञानियों के लिये लिखना आवश्यक हो है ? यदि वास्तव में स्वप्नदोष के रोगी स्वप्नदोष क्या है। यह समझ जाते तो शीघ्र ही अपनी अवस्था सुधारने में संलग्न हो जाते किन्तु उन को इस का वास्तविक ज्ञान नहीं है और इसकी दानियां को भी भलीभांति नहीं जानते।

रात्रि में सो जाने पर जो दृश्य (स्वप्न) दिखलाई देता है, वह मनुष्य को सत्य जान पड़ता है। इसी कारण वह उस में लिप्त हो जाता है। इस अवस्था—स्वप्नावस्था में मनुष्यों को अनेक मानसिक कुबिचारों के अनुसार मित्र मित्र स्वप्न दिखलाई देते हैं। किसी को ऐसा जान पड़ता है कि एक युवती खी आई और वह उससे ज़ात्त सम्भोग करने लगता है। मनुष्य को जगने द्विज उत्तेजित होकर क्षण मात्र में उसका वीर्य शरीर के बाहर हो जाता है और निद्रा भङ्ग हो जाती है। चेत होने पर वह पछताता है। इस प्रकार वीर्य पात होने का नाम स्वप्न दोष है किन्तु हमारे विचारानुसार केवल यही स्वप्न दोष नहीं है बल्कि जागृत अवस्था में भी इसी सम्बन्धी बात चेत करते समय अथवा कोई शृङ्गारिक पुस्तक पढ़ते समय अथवा अन्य किसी प्रकार से जननेन्द्रिय में चेतन्यता आकर वीर्य पात हो जाना भी स्वप्न दोष ही है। बिना किसी क्रिया के जागृत अवस्था स्वप्नावस्था में-कल्पना जगत् में खी विचरकर चिन्तन करने मात्र से ही वीर्य

स्वप्नदोष क्या है

का क्षय हो जाना हो धारतव में स्वप्न दोष की ठीक परिभाषा है।

आधुनिक पाश्चात्य विज्ञान विचारदो' का मत है कि जिन लोगों' को वयस्क होने पर भी स्त्री प्रसङ्ग करने का अवसर नहीं मिलता, उनके लिये एक सीमा तक स्वप्न दोष होना स्वाभाविक है। उनके मतानुसार मास में एक दो बार तक स्वप्न दोष होना अधिक हानिकार नहीं होता।

आज बहू लोगो' का जीवन जिस प्रकार का चल गया है, उसका दिनचर्या जिस प्रकार की है, उनका खान-पान, दिवार और रहन-सहन जिस प्रकार का है या जिस प्रकार के कामोत्तेजक गन्धे वातावरण में उन्हें रहना पड़ता है, उसे दृष्टिगत रखते हुए इस बात की आशा करना कि स्त्री-प्रसङ्ग का अवसरन मिलने पर भी उन्हें कभी स्वप्न दोष न हो सम्भव नहीं। इन बातों' को ध्यान में रखने से उन वैज्ञानिकों' का कथन किसी सीमा तक ठीक ही प्रतीत होता है परन्तु फिर भी यह न भूलना चाहिये कि यह प्रकृति सर्वथा प्राकृतिक (Natural) या स्वाभाविक प्रद' नहीं है।

हमारा प्राचीन इतिहास इस बात का साक्षी है कि हमारे यहां भीष्म और हनुमान जैसे अखण्ड प्रह्वचारी थे जो कभी स्वप्न में भी वीर्य पात नहीं करते थे। इनके अतिरिक्त अन्य भी सहस्रों' ब्रह्मचारी इस परम मनोहर तपोभूमि भारत पर हो गये हैं। पुरुष

स्वप्नदोष अथवा स्वप्न मोह ।

ही केवल नहीं' किन्तु देवियां भी ब्रह्मचारिणी' होती थीं जो कयस्क होने पर भी कभी इन भयानक रोगों' से अक्रान्त नहीं होती थी । आज कल वायु मण्डल ही दूषित है तभी पाश्चात्य वैज्ञानिकों' को ये सिद्धान्त निश्चित करने का साहस हुआ यदि वे लोग उन तेज रुर ब्रह्मचारियों' के दर्शन करते तो इनके आश्चर्य की सोमा न रहनी और उनका मस्तक प्रेम और श्रद्धा से इनके चरणों' पर झुक जाता ।

छठा अध्याय

स्त्रियों को स्वप्न दोष ।



ह भी एक भ्रम : मूलक विचार है कि स्त्रियों को स्वप्नदोष नहीं होता । स्त्रियों' को भी पुरुषों' को भाँति ही स्वप्नदोष होता है ।

हमारे समाज में इस समय कुजयाओं' की बाढ़ आ रही है । हमारे यहाँ यथार्थ माताएं' नहीं हैं । हो भी कहां से १०-१० और १२-१२ वर्ष की अवस्था में बलात्कार से उनपर माता का उत्तरदायित्व लाद दिया जाता है वह आशिक्षित अवोध बालिकाएं' जो अभी पूर्ण रूपसे पनपने भी न पायी थीं माता बन जातीं

स्त्रियों का स्वप्रदोष ।

हैं। जिस प्रकार उन्होंने शैशव में अपनी माता से अश्लील और भद्दी बातें सुनी थीं उसी प्रकार वे अपनी कन्याओं से कहने लगती हैं। पति मशाय खणं पिता के उत्तर दायित्व को उठाने योग्य नहीं होते न उनको पिताके कर्तव्य कर्मोंका ज्ञान होता है। दोनों ही अपने काम कलाओं का चमत्कार उन अवोध, पवित्र बालकों को दिखाते हैं। वे बालक कौतुक देखते हैं, और उसके अनुसंधान करने का यत्न करते हैं। यदि ऐसा नहीं भी होता तो कम से कम विवाह सम्बन्धी बातें तो २-३ वर्ष की आयु से प्रारम्भ कर दी जाती है।

क्यों लहली तेरा व्याह कहाँ करे ? तुझे सुन्दर 'बका' लाके देंगे ! अमुक लड़के से व्याह करोगी ? कभी २ उसके गुप्त स्थान को दिखाकर पूछती हैं यह क्या है ? इस प्रकार वे मूर्ख माता अपनी बालिकाओं में अवयव में ही काम का बीज आरोपित करके प्रारम्भ कर देती हैं।

इस प्रकार लड़कियों को छोटपन से ही अश्लील गीत और गन्दे मजाक सुनकर पुख्त सहवास की लालसा पैदा हो जाती है। इस कार्य में उनकी सखियों सहेलियों से बहुत सहायता मिलती है यह भी गुड्डा गुड़िया खेलते समय ऐसी बातें बताती हैं जिन को सुन दांत तले अँगुली दपानी पड़ती है और यदि पाश्चात्य शिक्षा-दीक्षा से दीक्षित परिवार हुआ तो

स्वप्नदोष अथवा स्वप्नमेह ।

सीनेमा, थियेटर, नाच, रङ्ग मो खूब कार्य करते हैं और उनमें काम सञ्चार होने लगता है । बहुधा ऐसा होता है कि विवाह तो हो गया है, लेकिन गौना अभी नहीं हुआ । ऐसी अवस्था में यह अस्मभव है कि बालिकाओं के मन में काम-रञ्चार न हो जिस पर विशेषता यह कि सहेलियां रात दिन इसी चर्चा को दिया करें । धीरे २ उनकी काम रञ्चार की यह भावना प्रबल हो जाती है ।

हमारी विधवा बहनों के लिये ऐसा होना सर्वथा स्वाभाविक है । वह देवर देवरानियां, जेठ जेठानियां और कभी २ साल जलुर की नाजा प्रकार की काम कीड़ा करते देखती हैं उनका भी तो आखिर को मन ही है उसी पञ्च तत्व से उनका भी निर्माण हुआ है तब वह कैसे काम के बाणों से बची रहतीं । दिन की यह प्रबल उत्तेजना रात्रि को स्वप्न में सफल होती है और वे स्वप्नित हो जाती हैं ।

इस प्रकार हमारी बहनें भी इस रोग से पीड़ित पायी जाती हैं किन्तु स्वप्न दोष पुल्पों की अपेक्षा स्त्रियों को कम सताता है ।



सातवाँ अध्याय

स्वप्नदोष के कारण ।



स जन्म संवाती रोग के होने के अनेक कारण हैं उन में से प्रधान २ कारण चार हैं । (१) मानसिक व्यभिचार (२) अप्राकृतिक व्यभिचार (३) बहुत खी प्रसङ्ग (४) खान पान सम्बन्धी दोष सर्व प्रथम हम मानसिक व्यभिचार पर विचार करेंगे । इसके उपरान्त क्रम से अन्य बातों पर विचार किया जावेगा ।

हमारे समाज के उत्तर दायित्व शून्य माता पिता जो अन्य पशुओं की भाँति ही काम वासना को शान्त करने के लिये मैथुन करते हैं, और जिनकी शलती से गर्म रह जाता है जब यह समझ सकते हैं कि खलनाश क्या है और उस का किस प्रकार से पालन पोषण होना चाहिये ? उनको इसका भी ज्ञान नहीं कि वे जो पशुओं से भी बदतर अपनी गर्मिणी स्त्री से मैथुन कार्य करते हैं, उसका गर्भस्थ शिशु पर क्या प्रभाव पड़ता है ।

गर्म रह जाने पर भी स्त्रियाँ सदा की भाँति अश्लील बातें करती रहती हैं और (मैथुन सम्बन्धी चिन्तन भी जारी रहता है इस मानसिक चिन्तन का बड़ा ही बुरा परिणाम होता है ।

स्वप्नदोष अथवा स्वप्न-बीज ।

प्रेमों का मुक्त माताओं से सवरिष सन्तान होना असम्भव है । उस गर्भस्थ शिशु के मन पर माता के इस मानसिक चिन्तन का जो प्रभाव पड़ता है, वही फिर जन्म भर दूर नहीं हो सकता । यदि बात यहीं तक रहती तो भी किस प्रकार उन शिशुओं के छुटकार होने की आशा की जा सकती किन्तु इस के विपरीत देखते हैं । बच्चा होने के थोड़े दिन बाद ही माता पिता फिर सहगमन प्रारम्भ कर देते हैं, कभी २ ती दूध पीते बच्चों के रहते ही यह कार्य होने लगता है । उसी शय्या पर एक ओर बालक पड़ा रहता है और दूसरी ओर माता पिता वरी कार्य में संलग्न रहते हैं । माता पिता समझते हैं कि बच्चा कुछ नहीं समझता किन्तु यह उनका भ्रम है । बालक आँख फाड़ २ कर उनके हृत्प को देखता है । उसके निर्मल शिशु हृदय पर इस के पुरास्कार पड़ने लगते हैं । यहीं से मानसिक व्यवहार की सृष्टि होती है ।

धीरे २ बालक बड़ा होता है । उसके लिये धाया या नौकर रखा जाता है । वह धाया और नौकर भी अक्सर गर्भे विचारों के होते हैं और उन के नामों से मद्दे मज़ाक करते हैं, इस प्रकार आप देखिये कि मानसिक व्यवहार का पीड़ा किस प्रकार अवोध दर्पण की भांति स्वच्छ हृदय बालकों में लींचा जाता है । यदि माता पिता में नौकर रखने की सामर्थ्य नहीं भी हुई तो भी घर की, पड़ोस की धीरले ही इस कार्य को करती हैं ।

इन रूढ़ियों के लेखक ने स्वयं ऐसे कई दृश्य देखे जो हमारी पतितावस्था के घोटक हैं और जो बतलाते हैं कि इस समय इन निबन्धों और ज्ञान शून्य माता पिता के कुटुम्बों से बालकों के मन पर कितनी घुरी छाप पड़ती है। जो आजन्म नहीं मिटती ।

हमने एक बार दो बालकों को देखा, दोनों की आयु लगभग ४-४ अथवा ५-५ वर्ष की होगी दोनों बाज़ार में एक दुकान के तरफ़े में नीचे आगने सामने होकर अपनी २ मूर्तेन्द्रिय को एक दूसरे से रगड़ रहे थे । वे दोनों रुझाते थे कि उन को कोई नहीं देख रहा है किन्तु यह बात न थी आस पास के दूकानदार तथा खरते चलती जनता उनको देखकर हँस रही थी बात हँसने की नहीं धरन रोने की है । यदि हम अपने नेत्रों को खोल कर धला करें तो हमें ऐसे अनेक रोमाञ्चकारी दृश्य दिखाई देंगे, यही दही इस से भी अधिक जघन्य कार्य आज यहाँ हो रहे हैं और हम केवल हँस कर मजाक में उठा देते हैं कभी विचार तक नहीं करते कि इस बढ़ती हुई वामुफताका क्या कारण है और इसका परिणाम क्या होगा ? इसमें उन दोनों बालकों का कुछ दोष नहीं द्यो कि वे नित्यप्रति अपने २ माता पिता को इसी प्रकार यह कार्य करते देखते हैं वही संस्कार उनके कोमल मन पर पड़ जाते हैं फिर उन्हें वे अनुकरण करनेका प्रयत्न करते हैं ।

संयमहीन अथवा स्वप्न-मेह ।

इन अवस्थाओं में से निकल कर जब बालक शिक्षा प्राप्त करने के योग्य हो जाते हैं और जब उन्हें विद्यालय में प्रविष्ट कर दिया जाता है तब से तो भयानक रूप से उनका पतन प्रारम्भ हो जाता है जो उन को निक्कमा बना कर ही छोड़ता है ।

आज कल के विद्यालयों में जो वास्तव में व्यभिचारालय हैं धर्म की और ब्रह्मचर्य की शिक्षा तो दी ही नहीं जाती । वहां तो शुरूसे ही पढ़ाया जाता है (A Fat Rat) (एक मोटा चूहा) (A Cat Ran) (एक बिल्ली दौड़ी) फिर वह किस प्रकार अपने माता पिता तथा नौकर चाकरों द्वारा उगाये हुए मानसिक व्यभिचार के अधुशों को नष्ट करने में समर्थ हो । उन के साथी और उनको इसी प्रकार की शिक्षा देते हैं । इस प्रकार उस दूषित वायु मण्डल में मानसिक व्यभिचार की वृद्धि होती रहती है ।

पुस्तकों को पढ़ने योग्य होने पर गन्दे उपन्यास और नाटक-जिनकी संख्या दिन प्रतिदिन बढ़ती ही जा रही हैं- उन को अनायास ही मिल जाते हैं । वह उनको बड़ी अभिरुचिसे पढ़ते हैं । उन शृङ्गार-रस-पूर्ण उपन्यासों के नायक-नायिका उनके मस्तिष्क में सर्वदा चक्कर लगाने लगते हैं । वह उन्हीं में अपने आपको भूल जाते हैं ।

बड़े २ नगरों में जहाँ थियेटर, सिनेमा आदिको प्रयोग

प्राप्त है विद्यालयों के विद्यार्थी बड़े चाव से देखते हैं । इन सब बातों से उनका चित्त खंचल हो जाता है । उनको एक प्रकार का काम वासना की क्षुधा लग जाती है किन्तु उनके पास साधनकी कमी होती है । वह पराई वह बेटियों को धूरना, मनमें उन के प्रति बुरे भाव रखना प्रारम्भ करते हैं किन्तु स्त्री उन्हें वासना से नहीं मिलती—बस वह मन ही मन चिन्तन जारी रखते हैं ।

यदि उनकी इच्छा तत्काज ही पूर्ण हो जाय तो उनके शरीर और मनपर इसका इतना बुरा प्रभाव न पड़े जितना पुरी न होने से पड़ता है, स्त्री सहवास से उतनी हानि नहीं होती जितनी तत्सम्बन्धी विचारों के कारण होती है । सहवास करने से स्वामाधिक उद्वेग शान्त हो जाता है । उत्तेजित घातु निकल जाता है और फिर समस्त रसायु और मांस पेशियों में शान्ति आ जाती है । परन्तु सहवास न होने की दशामें सहवास सम्बन्धी विचार मस्तिष्कमें एक ऐसी अनुचित गर्मी उत्पन्न कर देते हैं और उसके कारण समस्त ज्ञान तन्तु और रक्त वाहिनी शिराएँ इतनी उत्तेजित हो जाती हैं कि जिसके कारण शरीरके भीतरी अवयव जैसे गुर्दे, हृदय और यकृत आदि के कामों में बहुत ही उथल-पुथल हो जाती है । इसके अतिरिक्त इस अनुचित गर्मीके स्नातार रहने से और विषय भोग सम्बन्धी विचारों के तूफान से बहुत देर तक चित्तवृत्ति भड़की रहती है और समस्त शरीर का वीर्य गर्मीसे विवज्ज २ कर वीर्य वाहिनी शिराओं द्वारा अण्ड-

स्वप्नदोष अथवा स्वप्न-मेह ।

कोशोंकी ओर बहने लगता है । रक्त की चाल और हृदयकी गति बढ़ जाती है । इन अवयवोंको जल्दी जल्दी काम करना पड़ता है ।

इस प्रकार इस रात्रि—दिवस मन में अश्लील विचारोंके रहनेसे मानसिक चिन्तन करनेसे रात्रिमें शय्या पर पड़े पड़े नायक नायिकाके आलाप—विलाप, वियोग—परिमिलन, चुम्बन—आलिङ्गन आदि भावों का चिंतन करने लगते हैं जिससे वह अगड क्रोधों में पतित हुआ थातु स्त्रोत दोष द्वारा बाहर निकल जाता है, तब सारा शरीर सुस्त और निस्तेज पड़ जाता है ।

इस नितर मानसिक चिन्तन अथवा मानसिक व्यभिचार से वीर्य इतना पतला पड़ जाता है कि वह मूत्र मार्ग से निकलने लगता है । और परिणाम यहां तक होता है कि लगातार वीर्य को इस प्रकार निरर्थक उत्ताप पहुंचता है, तब वह शीघ्र ही कब्बी पड़की अवस्था में ही बाहर निकल जाता है । केवल इतना ही नहीं किन्तु स्वप्नदोष और मूत्रके साथ निकलनेके अलावा प्रति क्षण रिसता रहता है ।

हम पहिले कह आये हैं कि मनुष्यों की अपेक्षा स्त्रियों को स्वप्नदोष कम होता है इसका प्रधान कारण यही मानसिक व्यभिचार ही है । पुरुष स्त्रियों की अपेक्षा अधिक मन के काले होते हैं उनके मन में अधिक पाप रहता है ।

बहु अधिक मानसिक व्यभिचार करते हैं फलतः उनकी इस रोग का शिकार भी अधिक बनना पड़ता है ।

आठवाँ अध्याय

अप्राकृतिक व्यभिचार :

पाश्चात्य सभ्यता और राज सत्ता के साथ २ भारत के पा दुर्भाग्य से यहां अनेक प्रकार के रोग भी चले आये। जहां पाश्चात्य सभ्यता ने भारतीय रीति रिवाज, समाज व्यवस्था, रहन सहन, शिक्षा, दीक्षा, में विनाशकारी परिवर्तन किया वहां पश्चिमी राज सत्ता ने भी दुर्दशा प्रस्त भारतवासियों के रक्त शोषण और धन शोषण में किसी प्रकार की कसर न रखी।

इन दोनों पिशाचिनीयों से बचे खुचे भारतीयों को पश्चिमी रोगों ने धर दबाया। यह एक प्रकट सत्य है कि प्लेग और इनफ्लुएंजा नामक रोग पहिले भारत में कभी नहीं हुए। थोड़े ही वर्षों से इनका आधिपत्य भारत पर जमा और अपने हरेक चार में इन्होंने सइसों भारतवासियों को मौत के घाट उतार दिया।

प्लेग और इनफ्लुएंजा से भी अधिक नाशकारी रोग जो यही पाश्चात्य राक्षसी लायी अप्राकृतिक व्यभिचार है। अप्राकृतिक व्यभिचार ने भारतीय नवयुवक समाज का जितना अनिष्ट किया है और जितना नपुंसक बना दिया है उतना अनिष्ट अन्य

स्वप्नदोष अथवा स्वप्नमेह ।

किसी रोग ने नहीं किया । कहना नहीं होगा कि यह अप्राकृतिक व्यवहार की दोमारी पहिले हिन्दुस्तान में नहीं थी इसकी आविष्कारक तथा प्रचारक यहाँ पाश्चात्य सभ्यता है । हमारी प्राचीन पुस्तकों में कहीं भी अप्राकृतिक व्यवहार का कोई दृष्टान्त नहीं मिलता हमारे यहाँ आठ प्रकार के मैथुन माने गये हैं:—

स्मरणं कीर्तनं केलिः इक्षणं गुह्य भाषणम् ।

सङ्कल्पोऽध्यवसायश्च क्रिया निवृत्तिरेव च ॥

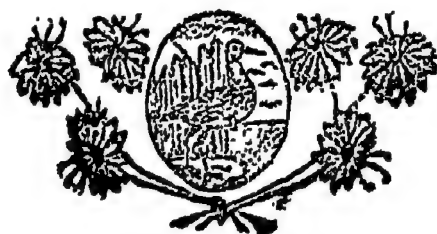
अर्थात् (१) स्त्री विषयक ध्यान और स्मरण । (२) शृङ्गार रस पूर्ण गान करना (३) स्त्रियों के साथ खेलना (४) मन में पाप लाकर किसी स्त्री विशेष को घूरना (५) स्त्रियों से दृष्टान्त में वात्सलाय और मज़ाक करना (६) स्त्री रति सम्बन्धी सङ्कल्प करना (७) अप्राप्य स्त्री की प्राप्ति के लिए पापमय प्रयत्न करना (८) प्रत्यक्ष मैथुन करना ।

इन आठ प्रकार के मैथुनों में प्रकृति विरुद्ध अर्थात् अप्राकृतिक मैथुन का कहीं भी वर्णन नहीं है । प्रकृति विरुद्ध मैथुन का जन्म दाता पाश्चात्य संसार ही है और उसकी सभ्यता तथा राज शक्ति के प्रसाद स्वरूप यह भरत में आ गया और इसने भी उनकी भांति भारतीय युवकों का भयावह अनिष्ट किया ।

अप्राकृतिक व्यवहार से भी स्वप्न दोष हो जाता है । मानसिक व्यवहार, बहुत स्त्री प्रसङ्ग तथा अनुचित खान पान से

पैदा हुए स्वप्न दोष को चिकित्सा होना सरल है किन्तु अप्राकृतिक व्यभिचार जन्य स्वप्न दोष का इलाज होना कष्ट साध्य है क्योंकि इसका बहुत घुरा असर होता है। इसी अप्राकृतिक मैथुन में सहस्रो युवकों के पीछे स्वप्न दोष तथा प्रमेह जैसे रोग लगा दिये जो कि बढ़ने पर उनका पीछा आमरण नहीं छोड़ते ।

यदि स्वप्न दोष के रोगियों की गणना की जाय तो १०० पीछे ७५ रोगी अप्राकृतिक व्यभिचारके कारण पाये जायेंगे । शेष २५ प्रतिशत अन्य कारणों से होंगे । अप्राकृतिक व्यभिचार प्रकृति विरुद्ध मैथुन भी कई प्रकार का होता है जैसे हस्त मैथुन, गुदमैथुन, मुख मैथुन और पशु मैथुन । इनका आगे विस्तार पूर्वक वर्णन किया जावेगा । यह सब मैथुन स्वप्न दोष के प्रवर्तक हैं और इनके द्वारा स्वप्न दोष हुये रोगी का जीवन बड़ा ही दुःखमय हो जाता है ।



नवौ अध्याय

हस्त मैथुन ।



सका[दृश] नाम मुष्टि मैथुन भी है। अंग्रेजी में हैण्डप्रैक्टिस (Hand Practice) अथवा मास्टरबेशन (Masturbation) कहते हैं। फारसी में जलक और देहाती लोग सरका के नाम से पुकारते हैं। यह सर्व नाशकारी प्रकृति विरुद्ध मैथुनो में एक प्रधान मैथुन है। नवयुवक और नवयुवती दोनों ही छात्रों की संख्या में इस रोग से भारत में प्रसिद्ध है। यह भी स्वप्नदोष का जन्म दाता है। इसके द्वारा उत्पन्न हुआ स्वप्नदोष यदि प्रारम्भ में ही चिकित्सा न की जाय तो शीघ्र ही नहीं छूटता और बढ़ जाने पर प्रमेह मधु मेह आदि रोग हो जाते हैं, जो मृत्यु के तुल्य दुःख देते हैं।

इन्द्रिय लोलुप माता पिता द्वारा पैदा हुये, गन्दे वायु मंडल में प्रले हुये और पेसी ही सङ्गति में रहने वाले भारतीय युवक युवतीयो को किस प्रकार मानसिक व्यभिचार में प्रवृत्त होना पड़ता है यह पहले बतलाया जा चुका है। १५—१६ वर्ष की आयु से ही काम ज्वाला उन्हें संतप्त करने लगती है। वह इस गर्मी को उतारने के लिये बेचैन हो जाते हैं। जहां प्राचीन

काल में १०-१०, ११-११, वर्ष की आयु के बालक बालिकाएँ नंगी किरते रहते थे या केवल एक लंगोटी में ही काम चलाते थे । उनको इसका ज्ञान तक न होता था कि भूत्रेन्द्रिय से मूत्र बाहर निकालने के अतिरिक्त और भी कोई क्रिया होती है या नहीं, परन्तु आज कल हम प्रति दिन ५-६ वर्ष के बालक बालिकाओं को जननेन्द्रिय का घर्षण करते तथा वयस्क स्त्री-पुरुषों को भांति उपयोग करते देखते हैं ।

इसमें उन बालक-बालिकाओं का रस्ती भर भी दोष नहीं है । दोष है वर्तमान दूषित वायु मण्डल का, कुत्सित समाज-व्यवस्था का, माता-पिता का और उनके आत्मीयों का, ये लोग कभी विचार नहीं करते कि हमारे बालक विद्यालय की पाठ्य-पुस्तकों के अतिरिक्त क्या करते हैं ? उनकी दिनचर्या क्या रहती है ? वह कैसे पुस्तकें पढ़ते हैं ? कैसे लोगों की सोहबत करते हैं ? अपरिपक्व दूषित वातावरण, सङ्कति, आदि दोषों से किशोरावस्था में मनुष्य को पतन के अनेक रास्ते मिल जाते हैं और यदि ज़रा सी भी अस-वधानी हो जाय तो मनुष्य का पतन अवश्य-भावी है । इस अवस्था में कामोत्तेजक बातें श्रिय लगने लगती हैं ब्रिगों को देखने की, उनसे बात करने की इच्छा होने लगती है । अपने प्रिय मित्रों के साथ इस विषय को चर्चा करने में एक विशेष सुख मालूम होने लगता है । दाढ़ी मूछ रहित श्रद्धियों के गालों पर तथा कुर्चों पर दृष्टि अधिकतर जमने

स्वप्नदोष अथवा स्वप्न-मेह ।

लगती है। स्त्री-पुरुषों के नग्न चित्रों को देखते समय मन को एक प्रकार का विशेष आनन्द प्राप्त होने लगता है उसे अपना शरीर पूर्ण मालूम होने लगता है विशेष कर जननेन्द्रिय पहिले को अपेक्षा अधिक लम्बी और मोटी दिखाई पड़ती हैं। अब उसमें ज़रा सा हिलाने डुलाने से एक प्रकार का कड़ापन हो जाता है वह उत्तेजित हो जाती हैं।

यौवन-प्राप्त किशोर को पृथ्वी एक नये को ही रङ्ग में रंगी मालूम होती है। उसे चारों ओर आनन्द ही आनन्द दिखाई पड़ता है। स्त्री विषय तथा अन्य इसी प्रकार का चिन्तन करते हैं। अथवा तत्सम्बन्धी चर्चा करते ही जननेन्द्रिय किसी स्प्रिङ्गदार वस्तु की तरह उत्तेजित हो जाती है, और बहुत देर तक इसी दशा में रहती है। य, अवस्था उसे बेचैन कर देती है। अब उसे शान्त करने के लिए वह अशरीर हो उठता है। किसी न किसी भाँति इसको उत्तेजना शान्त होती है। चाहिये यह विचार उसके मन में चक्कर लगाता है। वह उस उत्तेजित मूत्रेन्द्रिय को हिलाने, डुलाने लगता है, दवाने रगड़ने लगता है, इस क्रिया में उसे बड़ा आराम मालूम होने लगता है उस समय उसे स्वर्गीय आनन्द आने लगता है। ऐसा मालूम होता है मानो कोई व्यक्ति नींद आने की दवा उसके शरीर पर छिड़क रहा हो। अब वह भली प्रकार जननेन्द्रिय को मुट्ठी में पकड़ कर घर्षण करने लगता है। जैसे २ अधिक आनन्द आने लगता है उसकी आँखें भगने लगती हैं।

उस समय उसे समस्त सांसारिक वस्तुओं से अधिक आनन्द उसी में प्रतीत होता है। उसके सुख के सामने सारे सुखों को तुच्छ समझता है।

आठ दश मिनट के धर्पण के बाद जीवन तत्व 'वीर्य' निकल जाता है। उसके स्वर्गीय सुख की भी समाप्ति होती है। सुख स्वप्न टूट जाता है, आंखें खुलती हैं, सामने ही एक तरल पदार्थ की बूंद पड़ी दिखाई देती है। उस ज्ञान शून्य नवयुवक को क्या पता है कि मनुष्य जीवन का सार तत्व उसने स्वयं ही निकाल दिया? अपने हाथों ही अपना जड़ काट ली? उसे नहीं मालूम कि आज मैंने अपने हाथों ही अपने सर्व नाश का बीज बो दिया। पता लगे भी तो कैसे? मां के पेट से तो कोई सीखकर आता ही नहीं है। उसने जो कुछ सीखा है या देखा है वही मालूम है।

भोजन की क्षुधा की भांति यह क्षुधा भी बारम्बार लगती है। भूख लगने पर जिस तरह उसकी निवृत्ति आवश्यक है, व्यास लगने पर जिस प्रकार जल ग्रहण करना पड़ता है अब ठीक उसी तरह इस नाशकारी हस्त मैथुन की क्षुधा भी स्वतः जागृत हो उठती है। भूख हर समय नहीं लगती, अतएव हर समय उसकी चिन्ता नहीं करनी पड़ती है, किन्तु काम क्षुधा ऐसी है जो सर्वदा लगी रहती है। उसकी निवृत्ति के उपाय का

स्वप्नदोष द्वयया स्वप्न-मेह

भी पता लग ही गया। वस जब कभी अवसर मिला कि उसी अनिवर्त्तनीय सुख का अनुभव किया।

यह भावत लगने पर फिर सहज छूटती भी नहीं। कितना ही समझाओ, कितना ही उपदेश करो किन्तु सब व्यर्थ यदि प्रथम बार ही कोई उस पतित होते हुये नवयुवक को समझा देता कि यह क्षणिक सुख भोग यथार्थ सुख नहीं है, इस क्षणिक सुख का परिणाम सारे जीवन के लिये, दुख दाई है, नाशकारी है, अपने हाथों अपना ही सर्वनाश है, इससे अनेक जीवन संहारक रोगों की उत्पत्ति होती है। इस कुकर्म से सहस्रो नहीं, लाखों दुल्लों की आशालतायें मुरझा गयीं हैं, इस धर्वादीसे मिर्गी, मूर्छा, संग्रहणी, कोढ़, नामर्दी, पागलपन, स्वप्नदोष, प्रमेह, मधुमेह आदि नाशकारी रोग पैदा हो जाते हैं, मनुष्य जीवन रहित हो जाता है, उसको आयु कम हो जातो है तो वह अमाना दुधक कदापि भूल कर भी हस्त मैथुन द्वारा अपने जीवन तत्त्व को नष्ट करके आजीवन मरण यन्त्रणा भोगने की इच्छा न करता लेकिन ऐसी घाते समझाए कौन? समझाना दूर रहा, इस पथ पर चलाने वाले नर पिशाच अनेक मिल जाते हैं पहले तो घरके नौकर और दाइयां ही उन्हें यह सर्व नाशकारी पाठ पढ़ा देते हैं। यदि नौकर चाकर न हों तो हमजोली मित्र ही इस कार्य का सम्पादन करते हैं।

लिखते लेखक की लेखनी कांपती है कि बहुत निकट के नाते

लिखते लेखक को लेख नी कांपती है कि बहुत निकट के नाते रिश्तेदार और कमा २ तो भाई-भाई भी—जिनसे इस प्रकारकी स्वप्न में भी आशा नहीं की जा सकती इसकी शिक्षा देते देखे गये हैं। और अधिक क्या कहा जाय, कि आज कल के शिक्षक भी जिनका कर्तव्य विद्यार्थी को इन बातों में बचाला है। इस महामन्त्र का उपदेश करते पाये जाते हैं। माता पिता तो इस विषय को लज्जा-जनक समझ कर छोड़ ही देते हैं, इस प्रकार युवकों के पतन का पथ और भी प्रशस्त हो जाता है।

सब से अधिक दुःख की बात तो यह है कि अनपढ़ नहीं किन्तु पढ़े लिखे अरंडर प्रेज्युएन्ट तथा एम० ए० तक के विद्यार्थी ही अधिकतर इस रोग के शिकार होते हैं, और अपनी जिन्दगी बर्बाद कर डालते हैं। कई बार इस क्रिया के करने से यह इतने भयानक रूप से युवकों को अपने पक्ष में जकड़ती है कि फिर इससे छुटकारा होना असम्भव हो जाता है और रात्रि को पड़े २ अनिच्छा रहते हाथ स्वयं ही इस कार्य को करने लगते हैं।

इस क्रिया से जननेन्द्रिय टेढ़ी, निक्ममी, छोटी और सन्तान पैदा करने के अयोग्य हो जाते हैं। आंखें भीतर घँस जाती हैं और आंख नाक के मिलाप स्थान से एक काली रेखा चलती है जो राहु की भांति चन्द्रमा रूपी आंखों को धीरे २ चारों ओर से घेर लेती है। नाक के नथुने फूल जाते हैं। आंखों में पीलापन

स्वप्नदोष अथवा स्वप्नमेह ।

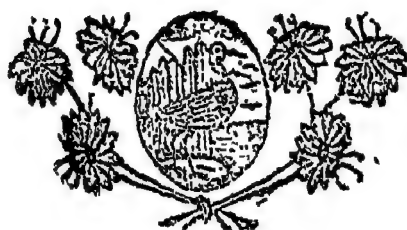
आ जाता है । शीघ्र ही यौवन चिह्न प्रकट होने लगते हैं । शरीर के अवयव पुष्ट नहीं होते । मुख को पान्ति फीकी पड़ जाती है । दाढ़ों मूछ बहुत पतली और देर में निकलती हैं । शरीर की मांस पेशियां (Muscles) मजबूत नहीं होने पातीं । स्वप्नदोष, प्रमेह, मधुमेह आदि रोग हो जाते हैं । जिनके कारण मेल दण्ड भी निर्धलता के कारण टेढ़ा हो जाने से जान तन्तु और आयु नष्ट हो जाती है । स्मरण शक्ति नहीं रहती । स्वर यन्त्र ढोला पड़ जाने से आवाज़ भर्रा जाती है । स्त्री-सहवास की ताकत चली जाती है । दुःख, शोक, चिन्ता आदि मानसिक तथा शारीरिक व्यथों को झेलते हुए कुछ समय बाद सदा के लिए इस लोक से विदा हो जाते हैं ।

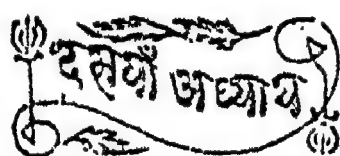
युवकों की भांति युवतियां भी हस्त मैथुन करती हैं । उनको भी इससे बड़ी हानि उभानी पड़ती है, उनका गुप्ताङ्ग अत्यन्त कोमल होता है, वह पुरुष जननेन्द्रिय से ही घर्षण करने योग्य होता है । कठोर वस्तु से रगड़ खाते २ कुछ दिनों में भोथरा और चेतना-शून्य हो जाता है, फिर स्त्री को पुरुष-सहवास में आनन्द नहीं आता । बात भी ठीक है यदि कोई व्यक्ति अपने कोमल मुख को घर्षण साफ करने के द्रुश से रगड़े तो क्या दशा होगी ? रेशमी वस्त्र को यदि बोरी सीने के रूप से सीना चाहे तो क्या होगा ? ठीक वही दशा स्त्री जननेन्द्रिय को हस्त-मैथुन से होती

एस्त मैथुन ।

करने से स्नायु दुर्बल हो जाते हैं जिससे वैधर्म्योप निश्चय हो होने लगता है !

रात्रि में सोते २ पुरुष-सहवास का आभास हो जाता है, स्नायु-मण्डल उत्तेजित हो जाता है, बिजली दौड़ती है, स्खलन होता है, किन्तु दूसरी ओरसे प्राकृतिक शान्ति न मिलने के कारण इस स्खलन से हानि ही हानि होती है । रजोदर्शन बहुत देर में होता है । कभी अति विलम्ब से और कभी बहुत जल्दी होता है । डिम्ब-क्रोष तथा जरायु खराब हो जाने के कारण गर्भ धारण की योग्यता नष्ट हो जाती है, शरीर दिनों दिन कान्ति हीन, दुर्बल और रोगी होता जाता है । छातियाँ बहुत विलम्ब से और साधारण उठती हैं । हिस्टीरिया, श्वेत प्रदर आदि विविध भयानक रोग शरीर को घेरे रहते हैं । शरीर धीरे २ क्षय होकर अन्त में निकम्मा हो जाता है । नाना प्रकार के दुःख झेलती हुई अन्त में संसार से विदा हो जाती है ।





गुदा मैथुन ।



सरा हस्तमैथुन जितना ही भयानक अप्राकृतिक मैथुन गुदा मैथुन है । कई बातों में तो यह उससे भी आगे बढ़ गया है । जहां हस्त-मैथुन में केवल एक ही व्यक्ति का सर्वनाश होता है वहां इससे दो मनुष्यों का एक साथ जीवन नष्ट हो जाता है । इस कार्य में जो सक्रिय (Active) भाग लेता है उसको तो हानि होती ही है क्योंकि अस्वाभाविक तरीका होने के कारण स्नायु जल्दी ढीले पड़ जाते हैं और फिर स्वप्न दोष होने लगना है । निष्क्रिय (Passive) रहने वाले को भी अलाधारण क्षति होती है । उसका पुंसत्व नष्ट हो जाता है और उसमें नपुंसकता आ जाती है ।

पुरुष जननेन्द्रिय भी स्त्री जननेन्द्रिय की भांति कोमल होता है । उसका सरलता से प्रवेश केवल स्त्री-योनि में ही हो सकता है । क्योंकि प्रकृति ने स्त्री-योनि को ही उसके योग्य बनाया है । उसी के अनुसार स्त्री-योनि को रचना भी की है । योनि-मार्ग में एक चिकना द्रव-पदार्थ रहता है, जो पुरुष की जननेन्द्रिय को

भीतर प्रवेश होने में बड़ी भारी सहायता देता है। बहुत आसानी से बिना कष्ट के उसका प्रवेश हो जाता है। किन्तु गुदा की रचना ऐसी नहीं है उसको प्रकृति ने पुरुष जननेन्द्रिय के प्रवेशार्थ नहीं बनाया, वह केवल मल-परित्याग की क्रिया करने के लिए है।

प्रकृति के नियम का उलंघन कर गुदा का दुरुपयोग करना हानि कर है। गुदा की वनावट टेढ़ी है। कोमल पुरुष जननेन्द्रिय को उसमें प्रवेश करने से टेढ़ापन आ जाता है। गुदा मार्ग कुछ सङ्कीर्ण भी होता है इसलिए पुरुष को कुछ आनन्द तो अधिक आता है किन्तु यह आनन्द बड़े मंहगे मूल्य पर मिलता है अर्थात् मनुष्य अपना जीवन बर्बाद कर इसको पाता है। योनि की भाँति गुदा में वीर्य पात करने का कोई स्थान नहीं है अतएव लिंग की दबी हुई हालत में ही वीर्य निकलता है और मल में गिरता है। मल में जननेन्द्रिय के लिप्त हो जाने से अन्य बहुत से रोग उत्पन्न हो जाते हैं। सक्रिय (Active) भाग लेने वाले की मैथुन शक्ति नष्ट हो जाती है वह स्त्री के काम का नहीं रहता। स्वप्न दोष, शीघ्र पतन आदि रोग उसमें घर कर लेते हैं।

जिससे यह क्रिया की जाती है, अर्थात् निष्क्रिय (Passive) व्यक्ति को भी कम हानि नहीं पहुँचती। उसका शुक्राशय खराब हो जाता है। मूत्राशय के नीचे ही गुदा मार्ग के पास, शुक्राशय होता है। अनेक बार मैथुन कराने से यह शुक्राशय बिल्कुल खराब

स्वप्नदोष अथवा स्वप्नमेह ।

हो जाता है । शुक्राशय के विगड़ने से नपुंसकता आ जाती है, और पुण्य स्त्री के काम का नहीं रहता । गुदा की सङ्कोचन शक्ति भी जाती रहती है जिससे धीर्य धारण की शक्ति नहीं रहती उसे भी स्वप्नदोष अपना ग्रास बना लेता है ।

दोनों अभागों का विवाह हो जाय तो गृहस्थो नरक मय बन जाय । व्यभिचार की भी वृद्धि हो । दुःख की बात है कि स्कूलों तथा कालेजों के ६० प्रतिशत विद्यार्थी सक्रिय अथवा निष्क्रिय किसी न किसी रूप में इस कुकर्म को करते हैं और अपना जीवन नष्ट कर रहे हैं । बड़े विद्यार्थी अपने से छोटे गोरे खूबसूरत बालकों के साथ मुंह काला करते हैं । बड़े २ समझदार पढ़े लिखे विद्वान जो दूसरों को उपदेश करते हैं यह जघन्य कार्य करते पाये गये हैं ।

सक्रिय भाग लेने वालों को कभी २ ऐसी आदत हो जाती है कि यदि वे अपनी स्त्री से प्रथम गुदा मैथुन न करें तो उन में योनि मैथुन करने की शक्ति ही नहीं होती । पहिले वे गुदा मैथुन करके लिङ्ग को उत्तेजित करते हैं फिर प्राकृतिक मैथुन करते हैं । इससे उस विचारी को भी बहुत कष्ट होता है उस के गर्भाशय पर अनुचित दबाव पड़ता है उस में गर्भ धारण की शक्ति नहीं रहती और अपने पापी पति के पापों के फल स्वरूप उसे सन्तान सुख से वञ्चित रहना पड़ता है । उसका जीवन दोनों तरह नष्ट हो जाता है ।

गारहवाँ अध्याय

मुख नैथुन ।



न कामान्ध नर पिशाचों को अपनी कामेच्छा पूर्ण करने का कोई स्वाभाविक जरिया नहीं मिलता अथवा उससे शान्ति नहीं होती वही अधिकतर इस महानीव धृणोस्पद अप्राकृतिक व्यवहार को करते हैं। यद्यपि ऐसे नर पशुओं की संख्या बहुत कम है तथापि इस से भारत की बढ़ती हुई कामुकता का अनुमान सहज ही में किया जा सकता है। गुदा मैथुन द्वारा भी जिन पापियों की पाप वासना शान्त नहीं होती उन्हें उससे भी कठोर घर्षण में चुभने वाली वस्तु की आवश्यकता होती है वही इस निन्दनीय काम को करते हैं।

हमें एक बार सुधारक कहलाने वाली एक संस्था में कुछ उपदेशकों का प्रबन्ध करने के लिये जाने का इत्तफाक हुआ। उस समय तक हमें उस सुधारक संस्था में कुछ २ विश्वास था वहां एक बड़े संगीत मर्मज्ञ भजनीक थे। बड़ा हृष्ट पुष्ट विशाल काय उनका शरीर था। बात चीत में मानो मिथ्री धोलते थे। उनको भी

स्वप्नदोष प्रथवा स्वप्नमेह ।

हम साथ ले जाना चाहते थे संस्था के मन्त्री से बात होने पर मालूम हुआ कि उपदेशक तो अभी उपस्थित नहीं हैं किन्तु शीघ्र ही आ जायेंगे । हमने उन के लिये दो एक दिन प्रतीक्षा करना ही गुनासिय समझा । संस्था के कार्यालय में जहां उपदेशक भजनीक आदि ठहरा करते थे, हमारे ठहरने का भी प्रबन्ध हो गया ।

रात्रि को लगभग एक बजे कुछ ठंडा धरी, धरी पकड़ी, उछल कूद से मेरी निद्रा भंग हो गई । मैंने देखा मेरी समीप की ही खाट पर वही भजनीक महाशय एक बालक के मुंह में। वह बालक बहुत छटपटा रहा था, हाथ पैर भी चला रहा था किन्तु न जाने क्यों चिल्लाता था । हम से वह दृश्य न देखा गया और लोग भी जाग गये थे । भजनीक महाशय की खूब मरम्मत हुई । नौकरो ने अलग कर दिया गया । बाद में उस बालक के न चिल्लाने का कारण भी ज्ञात हो गया , वह एक अनाथ बालक था । उसके पालन पोषण का भार उन्होंने नर पशु भजनीक ने उठा रक्खा था । गाना सिखाने के वहाने वह सदा उसे अपने साथ रखता था । उस बालक से मालूम हुआ कि उसने उससे पूर्व बीसियों बार यह जवन्म कार्य किया था । बालक को घमन हो जाते थे । इतनी छोटी अवस्था में मिर्गी के दौरों भी आने लगे थे । एक अनाथालय में उसका प्रबन्ध कर दिया गया ।

कहने का तात्पर्य यह है कि हमारे सुधारक कहलाने वाले भाई भी ऐसे २ अप्राकृतिक व्यभिचारों में लिप्त हैं और प्लेट-फार्म पर जाकर व्याख्यान भाड़ते उनको लज्जा नहीं आती। बराबर उपदेश करते हैं।

वरहवाँ अध्याय

पशु मैथुन ।

क्षित, पढ़ा लिखा, नवयुवक समाज जिस भांति अपनी काम-वासना, हस्त-मैथुन, गुदा मैथुन आदि प्रकृति विरुद्ध मैथुनों से शान्त करता है। अनपढ़, मूर्ख, देहाती नवयुवक समाज अपने को पशु मैथुन द्वारा वर्बाद कर डालता है। कोई २ पढ़े लिखे भी इस राक्षसी कर्म को करते हैं। किन्तु उनकी संख्या दाल में नमक के बराबर है। ज्यादातर वे पढ़े लोग ही पशु-मैथुन करते हैं। ये लोग भैंस, गऊ, घोड़ो, गधो, बकरी, कुतिया, बदरिया आदि पशुओं के साथ मैथुन करते हैं।

इससे कोमल जननेन्द्रिय पर बहुत हाँ बुरा परिणाम होता है। उपदंश, प्रमेह, मधुमेह आदि रोगों के अतिरिक्त अन्य कई भयङ्कर रोग हो जाते हैं। कभी २ तो जननेन्द्रिय सड़ गलकर नष्ट हो जाती है और मृत्यु का कारण होती है।

स्वप्नदोष अथवा स्वप्न मेह ।

स्त्रियां, कुत्ता, बन्दर आदि नर-पशुओं से मैथुन कराती हैं । किन्तु भारतवर्ष में ऐसा बहुत ही कम होता है । अभी तक सभ्यता का अभिमान करने वालों पाश्चात्य रमणियां अधिकतर यह कार्य करती हैं । वे बड़े २ जबर कुत्ते इसीलिए पालती हैं और उनसे मैथुन कराती हैं । साधारण रमणियां ही नहीं किन्तु ऊँचे २ घगनों की रमणियां ऐसा कार्य करती हैं । भगवान न करें, भारत का इतना पतन हो जाय और यहां की स्त्रियां ऐसा कार्य करने लगे । इस क्रिया से प्रदर, जरायु, प्रदाह आदि अनेक रोग हो जाते हैं जो मृत्यु तुल्य दुःखदायी हैं ।

स्वप्न दोष उत्पादक सभी अप्राकृतिक व्यभिचारों का वर्णन हो चुका । क्षणिक-अस्थायी सुख भोग के लिए बिना परिणाम सोचे, प्रकृति-विरोध तरीकों से, वीर्य पात करके, नवयुवक समाज किस प्रकार अपने अप्राप्य, दुर्लभ मनुष्य जीवन को नष्ट कर रहा हैं, किस प्रकार अपने साथ ही साथ, अपने ही पापों के फल स्वरूप गृहस्थ सुख पर पानों फेर रहा है ? किस प्रकार आप अपने हाथों अपना ही बर्बाद कर रहा है ? यह भली भांति समझ में आ गया होगा ।

कितना ही दूध, घी सस्ता हो जाय, पौष्टिक-पदार्थ खाने को मिलने लगे किन्तु जब तक देश से ऐसी २ सर्व नाशकारी आदतें न हटायी जायेंगी तब तक स्वप्नदोष, प्रमेह आदि रोगों से मुक्त होना असम्भव ही है । इन कुकर्मों से देश का सत्यानाश

पशु मैथुन ।

होगया ! युवक समाज निर्वल, धीर्य हीन, शक्ति हीन तथा जीवन-हीन होगया । नाना प्रकार के शारीरिक, मानसिक रोगों का शिकार बन गया । सुख रूपों टट्टी की ओट में पाप वासना चरितार्थ कर अपनी जिन्दगी बर्बाद कर डाली । जीवन भार-स्वरूप हो गया । आत्म हत्या की इच्छा होने लगी चारों ओर अन्धकार ही अन्धकार दिखाई देने लगा । सब प्रकार से मृत्यु की प्रतीक्षा होने लगी ।

जिन युवक भाइयों की ऐसी दशा है उनको भी हम निराशा नहीं करना चाहते । प्रस्तुत पुस्तक ऐसे भाइयों को निराशा के भयावह गर्त में गिराने के लिये नहीं लिखा गई है । यह ऐसे पतित भाइयों को उनके उद्धार का मार्ग धताने में सहायता देने के लिए लिखी गयी है । एक बार भगवान् के सन्मुख होकर अपने सच्चे हृदय से पापों का प्रायश्चित्त करें फिर इन रोगों के कारणों को समझ कर दूर करने के उपायों पर दृढ़ता से अभ्यास करना शुरू करें । भगवान् में विश्वास रखें । सफलता उनका चरण चूमेगी ।



तेरहवाँ अध्याय

बहु स्त्री प्रसङ्ग ।



ति सर्वत्र वर्जयेत्' के अनुसार अति हरेक चीज को कुरी होती है । हरेक वह काम जो शक्तितथा सामर्थ्य से अधिक किया जायेगा हानिकर होगा चाहे वह प्रकृति के अनुकूल ही क्यों न हो । बहुत से लोगों के विचार से वेश्या गमन और पर-स्त्री गमन बुरा काम है परन्तु अपनी स्त्री के साथ अति मैथुन करना बुरा काम नहीं है । वह लोग 'घर की सुर्गी दाल बराबर' की कहावत को चरितार्थ करते हैं । अपनी स्त्री को तो इसी कार्य के लिये समझते हैं । रात दिन धड़ाधड़ मशीन चलाने में क्या हर्ज है ? और फिर वह मशीन भी किसी दूल्हे की नहीं अपनी ही तो !

जो इस विचार के भाई हैं उनसे हमारा विनम्र निवेदन है कि एक बात समझे और फिर जैसी इच्छा हो करे । प्रकृति के नियमानुसार मनुष्य को दिन भर में दो बार भोजन करने की आवश्यकता है दो बार के किये भोजन को स्वस्थ मनुष्य मली भाँति हजम कर सकता है । यदि वह प्रकृति के इस नियम का उलंघन करके दिनमें १० बार भोजन करना आरम्भ करदे । अपनी

जठराग्नि के बलाबल की परवाह न करे तो वह मनुष्य अवश्य अजीर्ण ग्रसित हो जावेगा और शोघ ही उसे "लवण भास्कर चूर्ण" की शरण लेनी पड़ेगी ।

ठीक इसी प्रकार जो व्यक्ति अपने शारीरिक बलाबल पर विचार किये बिना बहु स्त्री सहवास करता है वह शोघ ही रोग ग्रसित हो जाता है । निरन्तर दिन में कई बार वीर्यपात करते रहने से स्तम्भन शक्ति जाती रहती है वीर्य पतला पड़ जाता है और फिर वही घातक स्वप्नदोष जारी हो जाता है । मनुष्य का शारीरिक हास शुरू हो जाता है ।

वैद्यक शास्त्र में भी बहु स्त्री प्रसङ्ग का निषेध किया गया है:—

अति स्त्री सम्पूयोगाच्च, रक्षोदात्मनमात्मवान् ।

क्रीडायामपि मेघात्री, हिताथी परिवर्जयेत् ॥

अर्थात् मनुष्य को उचित है कि अत्यन्त स्त्री प्रसङ्ग से अपने को बचाये रहे । अपना भला चाहने वाला बुद्धिमान पुरुष क्रीड़ा (स्त्री विहार) में भी अति प्रसंग (अत्यन्त वीर्यपात) को त्याग दे ।

स्त्री सहवास का उद्देश्य सन्तानोत्पत्ति है । अनियमित, अत्यधिक सहवास से सन्तान होना तो दूर रहा उस के

स्वप्नदोष अथवा स्वप्न-मेह ।

विपरीत रहा हुआ गर्भ भी गिर जाता है, इससे भ्रूण हत्या का पाप और लगता है । बहुत-सी प्रसङ्ग की मात्रा आज कल यहां तक बढ़ गयी है कि गर्भ रह जाने पर भी आपस में व्यभिचार करते रहते हैं । गर्भ धारण के पश्चात् तो पशु भी मैथुन नहीं करते ।

बहुत से लोगों का यह भी विचार है कि नित्यप्रति मैथुन करने से स्त्रियाँ प्रसन्न तथा सन्तुष्ट रहती हैं, किन्तु यह बात गलत है । स्त्रियाँ ऐसे पुरुषोंको घृणा की दृष्टिसे देखती हैं । बहुत-मैथुन से स्त्रियाँ पूर्ण स्वलित नहीं होती और पूर्ण रूप से स्वलित हुए बिना मैथुन में आनन्द नहीं आता । दोनों सन्तुष्ट न होने के कारण दुःखी रहते हैं दोनों को एक दूसरे के प्रति अश्रद्धा उत्पन्न हो जाती है जो दाम्पत्य सुख की वांछक है । सुखी गृहस्थ भी इस प्रकार बर्बाद होने लगता है ।

प्राचीन काल में स्त्री-सहवास अपनी काम वासना शान्त करने के लिये नहीं किन्तु कर्तव्य रूप से सन्तान उत्पन्न करने के लिए किया जाता था इसलिये वे लोग भूलकर भी अनुचित रूप से वीर्य नष्ट नहीं करते थे । तभी वे सुखी रहते थे उनको कोई रोग नहीं सताता था । आज कल सन्तानोत्पत्ति उद्देश्य नहीं है, काम वासना शान्त करना उद्देश्य है । स्त्रियों को बच्चा पैदा करने की मशीन समझ रक्खा है, यस धड़ाधड़ मशीन चलती है और दर्जनों निर्बल, निस्तेज, दुःखी बच्चे निकल आते हैं । माता पिता भी सुख

नहीं पाते । प्रथम तो उनका शारीरिक पतन हो जाता है दूसरे निर्धनता बढ़ती है, अपने बच्चों के पालन पोषण करने में असमर्थ रहते हैं ।

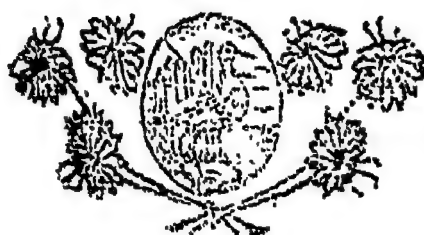
अति-स्त्री सहवास से स्तम्भन शक्ति जाती रहती है । स्वप्न-मेह, प्रमेह, मधु मेह आदि धातु रोग हो जाते हैं । मनुष्यको जरा-व्याधि शीघ्र ही घेर लेती हैं । इसी कारण से आयुर्वेद में अति स्त्री-सहवास का निषेध किया गया है । उसमें लिखा है:—

शूल कास ज्वरः श्वास, काश्य पाङ्गवामयक्षयाः ।

अतिव्यवायाज्जायन्ते, रोगाश्चाक्षेपकादयः ॥

यह स्त्री प्रसङ्ग से शूल, खांसी, ज्वर, श्वास, दुर्बलता, पीलिया रोग, क्षय तथा आक्षेप (वात व्याधि) आदि रोग उत्पन्न हो जाते हैं ।

इसलिये अपने को रोग-मुक्त चाहने वाले प्रत्येक व्यक्ति को चाहिये कि स्त्री-प्रसङ्ग को नियमित करले ।



चौदहवाँ अध्याय

खान पान सम्बन्धी दोष ।



यस्त हो जाने पर जिस प्रकार अप्राकृतिक मैथुन बहु स्त्री सहवास मानसिक व्यभिचार आदि-कें करने से स्वप्नदोष-ग्रमेह आदि रोग हो जाते हैं । उसी प्रकार खान पान सम्बन्धी दोष से भी स्वप्न दोष जारी हो जाता है जो दृढ़ जाने पर नपुंसकता का कारण होता है ।

मनुष्य जैसा आहार करता है उसी के अनुसार उसकी बुद्धि उत्पन्न होती है । बुद्धि के अनुकूल ही मन की वृत्तियाँ होती हैं; मन की वृत्तियों के अनुकूल ही मनुष्य सोच-विचार विनियम करता है । इस सोच विचार और चिन्तन के फल स्वरूप कर्म करता है ; इस प्रकार मनुष्य जो आहार करता है वही उसके कर्म करने में दृढ़ा राश लेता है । गला, सड़ा, पुराना, वासी, दुर्गन्ध युक्त भोजनकरने वाला व्यक्ति कभी बुद्धिमान, वीर्यवान् नहीं हो सकता, वह कभी ऊँची बातें नहीं विचार सकता । कु-भोजन के कारण उसकी बुद्धि मलीन हो जाती है और वह गन्दे विचारों के अतिरिक्त कभी अच्छे विचार अपने मस्तिष्क में नहीं ला सकता ।

श्री गीता जी में भगवान् श्रीकृष्ण ने तीन प्रकार का आहार बतलाया है । सात्विक, राजसिक और तामसिक । यथा: —

आयुः सत्व बलारोग्यं सुखं प्रीति विवर्द्धनाः ।

रस्याः स्निग्धाः स्थिरा दद्याद्वा आहाराः सात्विक प्रियाः ॥

अर्थात् — आयु, सत्व, बल, निरोगता, सुख, और प्रीति के बढ़ाने वाले, रस से और घृतपे युक्त, अपने रसांश से बहुत काल तक देह में रहने वाले और हृदय को हितकारी आहार सात्विक लोगों को प्रिय हैं ।

कटुम्ल लवणात्युष्ण त्रीक्ष्ण रक्ष विदाहिनः ।

अहारा राजसस्येष्टा दुःख शोकामय प्रदाः ॥

कड़वे, खट्टे, नमकीन, अत्यन्त गर्म, अत्यन्त तीखे, अत्यन्त रुखे और जलन उत्पन्न करने वाले आहार राजो गुण वालों को प्रिय लगते हैं, इसके सेवन से दुःख, असन्तुष्टता और रोग, उत्पन्न होते हैं ।

यातयामं गत रसं, पूति पर्युषितं च यत् ।

उच्छिष्टं मपि चोमेद् यं भोजनं तामस प्रियम् ॥

एक प्रहर के पहिले जो पकाया गया हो जिसमें से रस निचोड़ लिया गया हो, जो दुर्गन्धि युक्त हो, जो बासी हो, जो उच्छिष्ट हो और जो अपवित्र हो ऐसा भोजन तामसी प्रकृति वालों को रुचता है ।

स्वप्नदोष अथवा स्वप्न मेह ।

तामसिक और राजसिक आहार करने वाले व्यक्तियों की बुद्धि मलिन हो जाती है। और जिस मनुष्य की बुद्धि भ्रष्ट हो जाती है, उसका मन अपने आप ही घुरे कर्मों में लग जाता है और उनका चिन्तन करने लगता है। चिन्तन करते-करते उसकी कुकर्मों में प्रवृत्ति हो जाती है जिससे वह कुकर्म कर बैठता है।

इन्द्रियों की दासता इतनी बढ़ती जा रही है, इन्द्रिय कोलुपता इतनी पराकाष्ठा को पहुँच गया है कि सब कुछ जानते समझते हुए भी लोग राजसिक और तामसिक आहार से प्रेम करते हैं। खट्वाई, लालमिर्च, तीखा नमक, चटपटी मसालेदार चाट, अत्यन्त गर्म चीजें, बड़े पकौड़ी आदि कितने बाहुल्य में विद्यार्थी, नवयुवक सेवन करते हैं वह सब पर प्रकट है। ये सब वस्तुएं साक्षात् बिष हैं इनके सेवन से पित्त दूषित हो जाता है। पित्त का दूषित होना या बढ़ जाना बहुत ही हानिकारक है। पित्त वीर्य बनाने वाला धातु है, इसके दूषित होजाने से वीर्य बनना बन्द हो जाता है। वीर्य जब शरीर में नहीं रहता तो मनुष्य का पौरुषत्व नष्ट हो जाता है। वह नानर्द हो जाता है। दूषित पित्त वीर्य में अनेक प्रकार के विकार उत्पन्न कर देता है। जिस प्रकार वीर्य की कमी होने से मनुष्य नपुंसक हो जाता है उसी प्रकार वीर्य में रुखाई होने से भी नपुंसक हो जाता है। वैद्यकशास्त्र में लिखा है:-

खान पान सम्बन्धी दोष ।

कटुकाम्लैः सलवणैरतिमात्रोपसेवितैः ।

पित्ताच्युक्कश गोद्वयः फलेज्यं तस्मात्प्रजायेत ॥

अर्थात्—मिर्च, खट्वाह, नमक प्रभृति पित्तकारक पदार्थों के अत्यन्त सेवन से पित्त बढ़कर वीर्य को खराब कर देता है। वीर्य के क्षय हो जाने से पुंस्व नपुंसक होजाता है ।

इन वस्तुओं के सेवन करने से वीर्य अत्यन्त पतला, पाना के तुल्य होजाता है। उसमें वीर्यकीट नहां रहते। यदि रहते भी हैं तो अत्यन्त निर्बल और बहुत ही थोड़े से ऐसे पुरुषों के वीर्य में लस नहीं रहता। स्तम्भन शक्ति जाती रहती है। स्त्री सहवास के समय शीघ्र ही वीर्यपात हो जाता है, जिससे पति पत्नीमें असन्तुष्टता बढ़ती है। बहुत से घण्टी मूर्ख पुरुष अपनी ऐसी दशा हो जाने पर भी मिर्च, खट्वाह आदि का सेवन करना नहीं छोड़ते और मिर्च-मसाले खानेमें अपना पुरुषत्व दिखाते हैं, और इसमें अपने को मर्द समझते हैं तथा जो लोग मिर्च-मसाला खाना पतल्ल नहीं करते उनको नामद और रोगी बताते हैं।

ऐसे मूर्ख व्यक्तियों को बड़ी हानि होती है, किन्तु वे अपनी मूर्खता के कारण उस पर ध्यान नहीं देते। बहुतों को तो कामोत्तंजन होना ही बन्द हो जाता है और बहुतों को यदि होता भी है तो नाम-मात्र के लिये होता है। वीर्य के पतले पड़ जाने और स्तम्भन शक्ति के न रहने से स्वप्नदोष जारी हो जाता है।

स्वप्नदोष अथवा स्वप्नमेह ।

सत दिन मैं स्त्री बिगड़क चिन्तन करते ही पानी सा धीर्य बिना जननेन्द्रिय के उत्तेजित हुए निकल पड़ता है ।

यह तो खान सम्बन्धी दोषों से स्वप्नदोष का होना बताया गया है । अनुविन अपेयपानसे भी स्वप्नदोष हो जाता है । शराब अफीम, कोकीन, चरस आदि मादक द्रव्य भी शीघ्र हो स्वप्नदोष का कारण होते हैं । हमारे जाँझकारों ने इसी लिये इनका निषेध किया है । मनुस्मृति में लिखा है—

“मधु मांसञ्च वर्जयेत्”

अर्थात्—मदिरा और मांस का सेवन करना वर्जित है ।

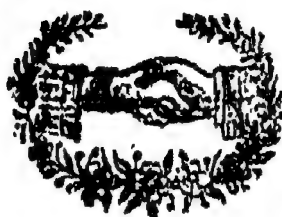
दैव दुर्विपाक से भारतवर्ष में मादक द्रव्यों का प्रचार बढ़ता जा रहा है । बालक, युवक वृद्ध देखो जिसे वही मतवाला होकर किसी न किसी मादक द्रव्य का सेवन करता है । लोगों का मानसिक पतन होजाने से भी इसके प्रचार में बड़ी सहायता मिली है जो एक घार सेवन कर लेता है मानसिक दुर्बलता के कारण फिर जन्म भर उससे नहीं छूटता । लोग आनन्द और शान्ति पाने के लिये इनका सेवन प्रारम्भ करते हैं, किन्तु परिणाम में सुख और शान्ति के बजाय दुःख और अशान्ति पति है ।

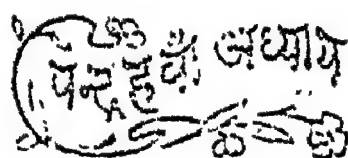
मादक द्रव्यों के सेवन से स्नायुओं पर से मनुष्य का प्रभुत्व ख़ुद जाता है और सोच विचार करने की शक्ति नहीं रहती । स्मरण शक्ति भी घट जाती है । उच्च स्मरण-शक्ति के लिए

खान पान सम्बन्धी दोष ।

मस्तिष्कके तमाम स्नायु-केन्द्रों का पारस्परिक सहयोग आवश्यक है, किन्तु मादक द्रव्यों के सेवन करने वालों का खून बिगड़ जाता है जिससे मस्तिष्क की एकाग्रता की शक्ति नष्ट होजाती है ।

जो लोग मदिरा का अत्यधिक सेवन करते हैं उनके ज्ञान केन्द्र सड़ जाते हैं, उनमें भला बुरा विचारने की शक्ति नहीं रहती उनकी स्मरणशक्ति बिगड़ जाती है, वह ताजी बातों को सबसे पहले भूलते हैं और पुरानी बातों को क्रमशः बाद में । बुद्धि, विवेक, और विचार करने की शक्ति उनका साथ छोड़ देती है । वह लोग मनोवेगों के दास होजाते हैं । शनः शनः उनका भयानक पतन होजाता है । उनकी व्यभिचार में प्रवृत्ति हो जाती है । निरन्तर व्यभिचार से स्नायु हमेशा उत्तेजित रहते हैं और उनको स्वप्नदोष होने लगते हैं ।





स्वप्नदोष का रोग ।

(अविवाहित)



ह रोग अविवाहित विद्यार्थियों तथा विवाहित गृह-
स्थियों दोनों के लिये समान रूप से घातक है । एक
बार रोग जाने पर इससे पीछा छुड़ाना अत्यन्त ही
जाता है । अविवाहित पुरुषों को अधिकतर अप्राकृ-

तिक रूप से वीर्य नष्ट करने पर होजाता है । पहिले लिखा जा
चुका है कि वर्तमान दूषित वातावरण में पतन के अनेक मार्ग
मिल जाते हैं जिन पर पड़कर विद्यार्थी अज्ञान के कारण हस्त-
मैथुन, गुदमैथुन आदि अव्यय कार्य करने लगते हैं ।

इन कुकर्मों द्वारा प्राकृतिक उपाय से कहीं ज्यादा वीर्यपात
होता है । डाक्टर ग्रेहम साहब का ध्यान है:-

“प्राकृतिक मैथुन की अपेक्षा अप्राकृतिक उपायों द्वारा जो
वीर्यपात होता है, वह औशुना होता है ।”

अप्राकृतिक उपायों द्वारा वीर्यनष्ट करने वालों को स्वप्नदोष
प्रमेह, शूल, संग्रहणी, कोष्ठ बद्धता, मन्दाग्नि, उरःक्षत और उप-

स्वप्नदोष का रोगी ।

दंश जैसे रोग हो जाते हैं । जो लोग वात्स्यावस्था में ही विषय वासना में फँसकर अप्राकृतिक उपायों द्वारा वीर्य नष्ट कर डालते हैं उनकी आन्तरिक धातुएँ दुर्बल हो जाती हैं, उनको क्षयरोग भी हो जाता है । अप्राकृतिक रूप से वीर्यनाश करने से हृदय और फुफ्फुस में रक्त के सञ्चालन और शोधन की शक्ति नहीं रहती । वीर्य आदि सातों धातुओं का बनना भी क्रमशः बन्द हो जाता है, मनुष्य दुर्बल होता चला जाता है, और अन्त में क्षय होकर मर जाता ।

डाक्टर हिल साहब लिखते हैं: —

हस्तमैथुन वह जबरदस्त कुल्हाड़ा है जिसे अज्ञानी युवक अपने हो हाथों अपने पैरों में मारता है और हेश तब आता है जब कि हृदय, मस्तिष्क आमाशय और मूत्राशय निर्वल होकर स्वप्नदोष, शोथपतन प्रमेह आदि भयानक रोग आ घेरते हैं और जननेन्द्रिय छोटा टेढ़ा और निर्वल होकर गृहस्थधर्म के सर्वथा अयोग्य होजाती है ।

अविवाहित युवकों को स्वप्नदोष होने का दूसरा प्रमुख कारण मानसिक व्यभिचार अर्थात् खो विमथक चिन्तन है । खो विषयक चिन्तन करते रहने से वीर्य स्वप्नदोष द्वारा निकल जाता है, तब कुछ मस्तिष्क शान्त होता है, किन्तु फिर वे चिन्तन करने लगते हैं फिर स्वप्न में वीर्य निकलता है । इस प्रकार क्रम बंध

स्वप्नरोप अवयव स्वप्नमेह ।

जाता है । मागे बढ़कर मूत्र के साथ भी घोरपात होने लगता है और फिर तो जलके स्रोत की भांति धीरे २ हर समय रिसने लगता है । सोते जागते, जानते अजानते, जरासी उच्छेजनासे घोर पात हो जाता है । ऐसे लोगोंके हृदय, यकृत और मसाले शीघ्र ही कमजोर हो जाते हैं, जिनका पूरा प्रभाव आमाशय पर पड़ता है, उसको क्रिया शक्ति निर्वह हो जाता है । आमाशय हजम करनेमें असमर्थ हो जाता है । पौष्टिक पदार्थ शरीरमें न पहुँचनेसे अथवा हजम न होने से घट युवक दुर्बल तथा एश होने लगता है, और थोड़े ही समय में बुढ़पा उसे आघेरता है । जीवन में घृष्टत्व छा जाता है ।





स्वप्न-दोषका रोगो ।

(विवाहित)



वाहित लोगोंको अधिकतर बहु स्त्री प्रसङ्गके कारण स्वप्न-दोष होने लगता है। प्रसिद्ध नीतिकार चाणक्यने कहा है:—

सद्यः प्रज्ञाहरा तुण्डी, सद्यः प्रज्ञाकरो वचा ।

सद्यः शक्ति हरा नारो, सद्यः शक्ति करं पयः ॥

अर्थात्—कुन्दरु शीघ्र ही बुद्धि नाश करता है, वच तुरन्त ही बुद्धि देवी है, स्त्री तुरन्त शक्तिका हरण करती है और दूध भट-पट शक्ति पैदा कर देता है ।

इसलिये अति स्त्री-सद्वृत्ति में विवाहित पुरुषों को वचना चाहिए । आयुर्वेदके प्रामाणिक ग्रन्थ चरकमें लिखा है:—

व्यायाम हास्य भास्वादेव, आर्य धर्म प्रजागरान् ।

नोचितानपि सेवेत, बुद्धिमानऽति मात्रया ॥

अर्थात्—कसरत, हँसी भाषण, रास्ता चलना, स्त्री प्रसङ्ग और जागरण—इनको बुद्धिमान मनुष्य कभी अतिमात्रामें सेवन न करे ।

स्वप्नदोष अथवा स्वप्नमेह ।

विवाहित युवक.—युवती यदि मन में सहवास सम्बन्धी चिन्तन करते हैं और फिर उनको सहवासका अवसर मिल जाता है तो उनके स्वास्थ्य की कुछ भी हानि नहीं होती क्योंकि उनको अपनी झुझा शान्त करनेका स्वाभाविक रास्ता मिल जाता है । बहुधा जिन लोगोंको कौमार्य अवस्था में स्वप्न दोष होता है उनको विवाह होने पर शीघ्र ही दूर होते देखा गया है । यह बात प्राकृतिक रूपसे वीर्य स्रावका मार्ग मिल जानेके कारण ही होती है । स्त्री प्रसङ्ग में स्वप्नदोष से बहुत कम हानि होती है क्योंकि स्त्री प्रसङ्ग एक प्राकृतिक तरीका है उससे पति-पत्नी दोनों को सुख शान्ति होती है दोनों एक आन्तरिक आनन्दका अनुभव करते हैं । स्त्रियों को तो नियमित मैथुन से शारीरिक उन्नति भी होती है । पुरुषके वीर्य में कुछ ऐसा गुण होता है कि वह स्त्री के शरीरको विशेष लाभप्रद होता है । हमने ऐसी कई कन्याओं को देखा है जो विवाह होने से पूर्व बिल्कुल निर्बल थीं उनका डोल डौल भी कुछ न था किन्तु विवाह हो जाने पर कुछ ही महीनों बाद वह पहले से ब्याढ़ा और दूनी मोटी दृष्टपुष्ट हो गयी हैं । पुरुषों को यद्यपि इतना लाभ नहीं पहुँचता किन्तु फिर भी अविवाहित काल के अप्राकृतिक वीर्य पतसे विवाहित कालके स्वाभाविक मैथुन में यथेष्ट शान्ति प्राप्त होती है यही कारण है कि नित्य स्त्री प्रसङ्ग करने वाले लोग उतने दुबले और

स्वप्न-दोष का रोगी !

निस्तेज नहीं दिखाया देते जितने महीने में एक दो बार स्वप्न दोष होने वाले रोगी दिखायी देते हैं।

प्रकृति-विरुद्ध मैथुन अर्थात् गुदा मैथुन, हस्त मैथुन, पशु मैथुनके करने से जिन्हें स्वप्न दोष होने लगता है उनका विवाह हो जाने पर भी बड़ी कठिनातासे विदोष साध्यानी और औषधि सेवन करने पर ही शान्त होता है। यद्यपि इस की संख्या पहिले से बहुत कम हो जाती है तथापि समूल नष्ट नहीं होता। स्त्री के बहुत समय तक दूर रहने की अवस्था में तथा जब वह गर्भिणी होने के कारण मैथुन करनेके अयोग्य होती है उस अवस्था में स्वप्न-दोष हो जाता है।





रोगी के लक्षण ।

✿→✿ व तक हमने गत अध्यायोंमें स्वप्न दोष क्या है ? वह :
 ✿ ✿ ✿ किस प्रकार शरीर के जीवन तत्व चीर्य को नष्ट
 ✿ ✿ ✿ करता है ? मानसिक व्यवहार से किस प्रकार स्वप्न
 ✿ ✿ ✿ दोष होने लगता है ? प्रति विरह मैथुन किस तरह
 युवक युवतियों के जीवनको नष्ट कर देते हैं ? बहु-स्त्री सहवास
 और खान पान रुमन्धी दोषों से शरीर की धातुएं निर्बल
 हो कर कैसे स्वप्न दोष होने लगता है ? स्वप्न-दोषके विवाहित
 और अविवाहित रोगी में क्या अंतर है ? इन सब बातों का
 वर्णन किया है । अब हम अगले अध्यायोंमें स्वप्न दोषके रोगीके
 लक्षण उसकी मानसिक तथा शारीरिक अवस्था, चिकित्सा आदि
 का वर्णन करेंगे ।

स्वप्न दोषके रोगी के लक्षण स्पष्ट होते हैं । जो नवयुवक
 अपनी यौवनावस्था में ही वृद्धों की भांति बात चीत करे, शिथिल
 लता से चले, उत्साह नष्ट हो जावे, उसको स्वप्नदोष का रोगी
 समझना चाहिये । जिस व्यक्ति को स्वप्नदोष निरन्तर होते हैं
 और आतृतिरूप से चीर्य नष्ट करने के कारण होते हैं उसका

रोगी के लक्षण ।

धीरे धीरे शारीरिक पतन आरम्भ हो जाता है वह सूख कर काँटा हो जाता है फिर उसके शरीरको 'धातुओं' का क्रमशः क्षय होने लगता है वह पुरुष क्षयी हो जाता है । बबनी यौवना वस्थामें ही माता पिता स्त्री तथा अन्य परिवारको दुःखमें डाल संसार से विदा हो जाता है ।

एक प्रसिद्ध विद्वान डाक्टर ने क्षयके हजार रोगियों की परीक्षा की, जिनमें से बहु स्त्री-सहवासके कारण १८६ क्षयी हुए, हस्तमैथुन के कारण १२३ क्षयी थे, स्वप्नदोष के कारण २०० क्षयी हो गये थे, शेष अन्य कारणों से क्षय रोगग्रस्त थे । इन आंकड़ोंसे पता लगता है कि आधे से अधिक लोगों के क्षयग्रस्त होने का कारण अनियमित मैथुन तथा स्वप्न दोष ही है ।

नीचे हम स्वप्नदोष के रोगी के लक्षण लिखते हैं । हमने शिरसे लेकर पैर तक क्रमशः प्रत्येक अङ्ग के लक्षण लिखे हैं जिस में जितने कम लक्षण होंगे वह कम रोग ग्रसित होगा और जिस में समस्त लक्षण मिलेंगे वह पूर्णरूप से स्वप्नदोष ग्रस्त समझना चाहिये:—

१ स्वप्नदोष के रोगी को अपना मस्तिष्क (दिमाग) खाली सा मालूम होता है । वह याद की हुई बात भूल जाता है, स्मरण शक्ति कमजोर हो जाती है । भ्रममूलक विचार उत्पन्न होने लगते हैं । विचारों में भ्रान्ति रहती है । कर्तव्य ज्ञान लोप हो जाता है । बाल सङ्गने तथा पकने लगते हैं ।

२ नवजीवनावस्था में ही माथे की नसें उभर आती हैं ।

३ आंखें कमजोर हो जाती हैं, आंख के नाकवाले कोण से एक काली रेखा आरम्भ होकर तमाम आंख को चारों ओर से घेरती भांति प्रसृत होती है । आंखों में गढ़ा पड़ जाता है । आंखों में मन्द २ जलन रहती है, उसमें सुख डोरे पड़ जाते हैं । नेत्रों के अंग्रे एकएक ग्रन्थकार आ जाता हैं, कभी २ तिलमिले से दिखायी देते हैं । नेत्रों से मल अधिक निकलता है और पानी बहने लगता है ।

४ कानों में खुशकी रहती है । ऊंची आवाज भरी मालूम होती है । सुनने की शक्ति कम हो जाती है । कानों में सायं सायं की आवाज सुनायी देती है ।

५ चेहरेपर भाइयां तथा झुर्रियां पड़ जाती हैं । चेहरा फीका पड़ जाता है । नाक पर तथा कभी २ सारे चेहरेपर बिना तेज मले ही चिकना पन दिखायी देता है । चेहरा बंदरीनक और तेज हीन हो जाता है । गाल पिचक जाते हैं । गालोंकी हड्डी (गण्डास्थि) उभर आती है ।

६ मुंहका ज़ायका खराब हो जाता है । कभी २ दुर्गन्ध भी आने लगती है । जीभ और दातों पर मैल जमा रहता है । जिह्वा मल से लिप्तसी मालूम होती है । दाहयुक्त तथा खट्टी २ डकार आती रहती हैं ।

रोगी के लक्षण ।

७ गले की नसें उभर आती हैं । श्वास लेते समय मन्द मन्द दर्द होने लगता है ।

८ हृदय (दिल) कमजोर हो जाता है । धड़े ज़ोर से धड़कता रहता है । कोई परिश्रमका काम करने से बहुत ज़ोर से थक थक होने लगती है ।

९ फेफड़े कमजोर हो जाते हैं । बारह महीने जुकाम—नज़लेकी शिकायत बनी रहती है । मेहनतका काम करने से दम फूल जाता है । रोगी घोंकनी की भांति हांपने लगता है ।

१० उदरालि मन्द पड़ जाती है । भूख कम लगती है । जीभ चलाता है । पाखाना साफ़ नहीं होता, गाँटदार होता है । शींच हो चुकने पर भी हाजत बनी रहती है । कभी ऐसा होता है कि खाना खा कर चुक्ते और फिर शींच की हाजत हुई, उसी समय लोटा लेकर दौड़ना पड़ता है । फट्ज़ भी बनी रहती है । कभी २ आँव मिले दस्त भी आते हैं ।

११ कमरमें मंद मंद दर्द रहता है । कमर झुकसी जाती है । दौड़ने की अपेक्षा, धीरे २ चलना, धीरे २ चलने की अपेक्षा बैठना, बैठनेकी अपेक्षा लेटना, लेटनेकी अपेक्षा सोना अधिक प्रिय मालूम होता है । रीढ़ की हड्डी के निचले भागमें दर्द रहता है ।

१२ हथेलियाँ गर्म रहती हैं । उनमें पसेव रहता है ।

१३ वरित, मूत्राशय, अथवा मसाना निर्बल हो जाता है ।

थाड़ी देर के बाद बार बार पिशाब आता है रुकावट कुछ भी नहीं होती। ज़रा टण्डा मौसिम होने से पिशाब का वर्ण सफ़ेद हो जाता है और जोर से आने लगता है।

१४ पुरुष जन्नेन्द्रिय टेढ़ी हो जाती है, उसमें नीली २ शि-
राएँ उभर आती हैं। वह पतली हो जाती है। उसमें औत्तन्यता
नहीं होती। छोटी पड़ जाती है। जन्नेन्द्रिय का अग्र भाग मोटा
तथा पट्टला भग पतला हो जाता है इसके अगले भाग में सदा
सुर सुरी तथा चिपचिपाहट बनी रहती है, क्योंकि वीर्य स्नाव
निरन्तर होता रहता है।

[ये लक्षण अप्राकृतिक व्यभिचार करनेवाले व्यक्तियों में पाये
जाते हैं। जन्नेन्द्रिय की नसों का नील वर्ण होने का यह कारण
है कि उन में पानी भर जाता है जिस से वे फूल कर नीली २
दृष्टिगोचर होती हैं। टेढ़े हो जाने का कारण यह है कि हस्त-
मैथुन, गुदा मैथुन, मुख मैथुन, पशु मैथुन आदिके करने से एक
आध नस टूट जाती है और जनेन्द्रिय टेढ़ी हो जाती है।]

१५ मूत्र पीला तथा सुर्ख होता है। मूत्र बरते समय जन्ने-
न्द्रिय में जलन होती है। मूत्र में लिबलिबाहट तथा चिकनाहट
रहती है। कभी २ मूत्र लार या तार के समान होता है। परी-
क्षार्थ कुछ घण्टे मूत्रको रख कर देखा जाय तो उसमें कुछ तल-
छट अम जाती है।

१६ पेट के तलवे भी गर्म रहते हैं उनमें भी पसेव रहता है ।
पिंडलियों में दर्द रहता है ।

१७ शरीरकी त्वचा फटसी जाती है, उसमें खुशकी रहती है ।
शरीर में जगइ २ भुरियां पड़ जाती हैं ।

१८ नाक के नथुने फूल जाने हैं । आंखों में पीला पन आ
जाता है । आंखें भीतर धंस जाती हैं उनके आस पास काले २
दाग पड़ जाते हैं ।

१९ शीघ्र ही यौवन के चिन्ह प्रकट होने लगते हैं ।

२० शरीर के अवयव पुष्ट नहीं होने पाते हैं । मांस पेशियां भी
मजबूत नहीं होने पाती ।

२१ मेरु दण्ड भी त्रिर्वलता के कारण टेढ़ा हो जानेसे ज्ञान-
तन्तु और आयु नष्ट हो जाती हैं ।

२२ स्वर यन्त्र ढीला पड़ जानेसे आवाज़ भरा जाती है ।

२३ स्त्री सहवास की ताकत सदा के लिये चली जाती है ।

२४ काम करने की जी नहीं चाहता ।

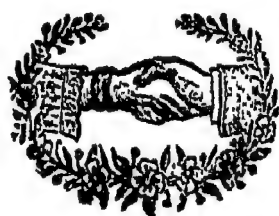
स्वप्न-दोष के रोगियों को इन लक्षणों से सहज ही में पह-
चाना जा सकता है । समझदार युवक भाइयों को चाहिये कि यदि
उनमें से किसीने भूज से या कौतूहलवश इन कुकर्मों द्वारा अपना
जीवन नष्ट कर लिया हो तो भविष्य में अपने सुधार की चिन्ता
करें । साथ ही अपने सहपाठियों, मित्रों को भी देखें और यदि

स्वप्नदोष अथवा स्वप्नमेह ।

ऐसे व्यक्ति मिलें तो सरभायें और उन से यह बुरे काम छुटवाने की कोशिश करें । भारत के वर्तमान दूषित वातावरण को देख कर तो यही मालूम होता है कि बिरला ही कोई नवयुवक अप्राकृतिक व्यभिचार जाय इस रोग से बचा होगा । अतएव अपनी स्थिति पर गम्भीरता पूर्वक विचार करके दृढ़ संकल्प से इस रोग से मुक्त होने के लिए प्रयत्न करना चाहिए ।

माता—पिता का भी कर्तव्य है कि वे अपनी सन्तान की देख-रेख रखें । अपने पुत्र-पुत्रियों में जब उक्त लक्षण दृष्टि आये, तब उन्हें निश्चय अनुमान कर लेना चाहिए कि इस प्रकार एक परिवर्तन का कारण अप्राकृतिक रूप से वीर्य पात के सिवाय अन्य कुछ नहीं है । अपने बालक की बुरी आदत को मालूम करके, उस के नुकसान उत्तमोत्तम संस्कार देने चाहिए । इस में लज्जा की कोई बात नहीं है, क्योंकि अन्य रोगों की भांति ये भी रोग ही है ।

यदि अपना कर्तव्य समझ कर माता पिता अपने दस्त्रों को किसी न किसी बहाने से यह बात समझा देंगे तो देशके बहुतेरे लाल अकालमें काल कवलित होने से बच जायेंगे ।





स्वप्नदोष के उपद्रव ।



स्वप्नदोष के लगातार होने रहने से अनेक प्रकार के उपद्रव शरीर में हो जाते हैं । कुछ लोगों का विचार है कि स्वप्नदोष के रोगियों के कपड़ों पर घब्बे लग जाते हैं, यह बात सत्य है । किन्तु जब रोग बढ़ जाता है तो वीर्य पानी के समान पतला हो जाता है, और वीर्यपात होकर अब कपड़ा सूख जाता है तब कोई चिन्ह शेष नहीं रहता । हमारे पास इस प्रकार के अनेक रोगी आये हैं जो विचारे बड़े दुःख में थे क्योंकि उनको पता हो नहीं लगता था कि क्या वीर्य गत होजाता है और उनका शरीर धीरे २ निर्वर्ज होता जा रहा था । ऐसी ही एक विचित्र घटना अभी हाल में हुई ।

हमारे एक प्रतिष्ठित मित्र उच्च कुल के वैश्य जिनके पास अयेष्ट धन सम्पत्ति है, बड़े चिन्तित थे । हम ने उनसे चिन्ता का कारण पूछा तो पता लगा उनका इकजौता पुत्र रोग २ सूखता चला जाता है, दूध घृत आदि पौष्टिक पदार्थ भी जो खिलाये जाते हैं कोई असर नहीं करते । कोई रोग भी दिखाई नहीं देता । हमने

स्वप्नदोष अथवा स्वप्नमेह ।

सेठ जो से लड़कें को दिखाने के लिये कहा । एक दिन वह ले आये । देखने पर हम समझ गये । हमने लड़कें को तो भेज दिया और सेठ जी को रोग बता दिया, सुनकर वह अघाक हो गये कहने लगे कि वैद्य जी ! ऐसी बात नहीं है हमारा..... तो बड़ा संधा है । ऐसी बातें क्या जाने ? हमने उनको समझाया और कहा कि आप उसे अपने पास सुजाया करिये, उन्होंने ऐसा ही किया ।

तीन चार दिन बाद सेठ जी फिर आये कहने लगे 'वैद्य जी ! आपकी बात सत्य निकली, हमारा घर तो बरबाद हो गया, अब क्या करें ?' मैंने उनको धारज रखा कर सब बात विस्तृत रूप से कहने के लिये कहा । उन्होंने जो कुछ बताया उसे सुन हमें भी आश्चर्य हुआ । वह इस प्रकार हैं—“रात्रि को सोते २ मेरा लड़का शय्या पर खड़ा हो जाता है और अपने हाथ से अपनी जन्तनेन्द्रिय को घर्षण करता है फिर वीर्य की विचकारी भी छूटती है । प्रातःकाल उसका कोई चिह्न करड़े पर नहीं होता हमने उसकी चिकित्सा की । अब भगवान को कृपा से वह धीरे २ स्वस्थ हो रहा है । अस्तु ।

कहने का तात्पर्य है कि ऐसे ही नाना प्रकार के विचित्र विचित्र उपद्रव स्वप्नदोष से होने लगते हैं । जिनको हम नीचे वर्णन करेंगे—

स्वप्न-दोष के उपद्रव ।

(१) निद्रा कम आना, घुरे २. स्वप्न दिखाई देना, सोते २ चौंक पड़ना ।

(२) संधि [जोड़ों] की शीतलता, मन्द २ ज्वर ।

(३) वीर्य का काला, नीला या अरुण वर्ण होना, वीर्य निष्कलते समय पुरुष जर्नोद्भय मे मन्द २ पीड़ा या जलन होना, मूत्र, विष्टा या मवाद समान दुर्गन्ध होना, पानी समान पतला होना, अतएव सुन्दरी स्त्री का स्पर्श करते ही अथवा ध्यान करने से निवृत्त जाना, वीर्य की अल्पता होने से स्त्री सहवास की कमी इच्छा ही नहीं होना, स्तम्भन शक्ति की कमी, मूत्र के पूर्व अथवा पश्चात् वर्धमान होना, शुक्राणु कीटों की अल्पता अथवा एक मात्र कमी होना ।

(४) कमर का भुक्त जाना, हाथ और पैर के तलवों में जलन रहना, कमर और पिंडलियों में दर्द रहना, खुश्की, प्यास की अधिकता, शरीर की वृशता, आलस्य, थकान, मूर्छा बेहोशी मूत्र के साथ वीर्य का निवृत्त जाना, स्वप्न देखे या बिना देखे स्वप्नदोष हो जाना ।

(५) पाण्डु, उदर रोग; सूड़ी डकारें, हृद रोग, हाथ पैरों के तलुओं पर पसेव, दांत जीभ पर मौल जम जाना, शरीर सदा गीला रहना, बाल झड़ जाना, खाल सिक्कुड़ जाना, जगह १ भुर्रियां पड़ जाना, आँखें भीतर घस जाना, अन्त में सातों धातुओं का क्षय होकर जीर्ण ऊर्जर और क्षय से प्रोणनाश !



रोगी की मानसिक अवस्था ।

“मरणं विन्दु पातेनं जीवनं विन्दु धारणात्”



यथा-वीर्यपात ही मृत्यु और वीर्यरक्षा ही जीवन है। यह बात निराधार नहीं है किन्तु सत्य पर स्थिर है। वीर्यपात से न केवल शारीरिक पतन ही होता है बल्कि साथ ही साथ मनुष्य में मानसिक दुर्बलता भी आ जाती है, जब शरीर और मन दोनों इस प्रकार विकल हो जाते हैं, तब मृत्यु में कुछ

फरक नहीं रहती ।

रक्ताक्षदोष के रोगियों की मानसिक अवस्था बड़ी शोचनीय होती है। उन्हें नाना प्रकार के मानसिक कष्ट रहते हैं। अनेक चिन्ताएँ सताती रहती हैं। वे दुःखी बलात् और चिन्तित रहते हैं। उन्हें कभी शान्ति प्राप्त नहीं होती। किसी काम के करने की इच्छा नहीं होती। उत्साह, धैर्य, दृढ़ता, साहस आदि नैसर्गिक गुण उनसे दूर भागते हैं। आलस्य अपना पूर्ण आधिपत्य जमा लेता है।

मानसिक शान्ति नष्ट हो जाने से यदि रोगी अविवाहित विद्यार्थी है तब तो उसे अपने पाठ में ध्यान नहीं लगता,

रोगी की मानसिक अवस्था ।

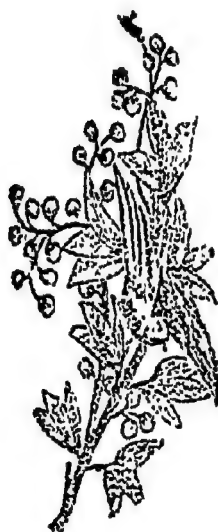
थोड़ी देर के लिए पुस्तक लो कि तिर में दर्द होने लगा, मग पुस्तक से ऊब जाता है, घूमने को बाहर जाने को जो चाहता है । बाहर जाने पर, खेलने पर बहुत शीघ्र थकावट महसूस होने लगती है फिर घर जाने की इच्छा होती हैं । घर आने पर यदि एकान्त हुआ तब तो अनेक घुमे विचार आने लगते हैं और यदि अधिक आदमी हुए तो उनकी बातचीत अच्छी नहीं लगती । हंसी-खुशी से क्रोध उत्पन्न होजाता है भाई बहनो, में से किसी ने जरा सा छेड़ दिया कि बस भागड़ने दौड़े । मगलब यह हैं कि किसी दशा में शान्ति नहीं पाता ।

इस रोगके विवाहित रोगी भी शान्ति नहीं पाते । उनका मन भी आन्त नहीं होता । वह भी तरह २ की चिन्ता करते रहते हैं । अभी इस बात को सोचा थोड़ी देर बाद दूसरी बात सोचो । किसी एक बात पर निश्चित रूप से विचार नहीं कर सकते । खाया वच्चे को जरा २ सी बात पर झुझा पड़ते हैं । अपनी मानसिक चिन्ताओं में लगे रहते हैं । बिड़बिड़ाहट और क्रोध की मात्रा बढ़ जाती है । पुत्र-पुत्री अथवा पत्नी को साधारण सी चूटि पर झुझाकर मारने तक को नीयत आ जाती है । दम्पत्य सुख पर कुठाराघात होता है । नित्य की कलह, लड़ाई, झगड़ा रहता है, जिसके फल स्वरूप पति पत्नी दोनों दुःखी रहते हैं ।

मानसिक कष्ट जब सीमा से अधिक हो जाता है । नित्यव्रति की चिन्ता से मनुष्य दुःखी रहता है और मानसिक कष्टों को

स्वप्नद्रोप अथवा स्वप्न मेह ।

अधिक संवरण करने की शक्ति नहीं रहती तो आत्म हृत्वा तब को करने पर उताव है जाता है । समाचार पत्रों में पेशे अनेक घटनाओं के समाचार मिलते हैं कि अमुक व्यक्ति ने अहकलह से दुःखी होकर अग्ने को रेल के नीचे दबाकर आत्महत्या करली । अमुक आदमी रस्ती डाल फ्रांसी पर झूठ गया । यह घटनाएँ अधिकतः इन्हीं मानसिक नि र्वलताओं का फल हैं, और जब तक देश पूर्णरूप से इस भयानक वोर्यनाशक अप्राकृतिक व्यभिचार जन्य स्वप्नद्रोप से सर्वथा मुक्त न हो जायगा तब तक होती रहेंगी ।



बीसवाँ अध्याय

चिकित्सा ।



जकल समाचार पत्रों में ऐसे विज्ञापनों की बड़ी संख्या छपती है जो ऐसे २ रोगों पर दवायें देते हैं । इन विज्ञापन वाजों में चिकित्सकों की संख्या बहुत कम होती है, और यदि यह कहा जाय कि 'दाल में नमक के बराबर' होती हैं तो कोई अतिशयोक्ति न

होगी । अधिपतर 'घासाचार्य' दैद्य ही जिन्होंने कोई भूले भटके एक आध आयुर्वेद अथवा आय चिकित्सा की पुस्तक देखी होती है विज्ञापन देते हैं । कई मूर्ख लिखते हैं कि हमारी.....वटी खाते ही मनुष्य घोड़े के समान मैथुन करने लगता है चाहे उसके साथ कोई परहेज करे या न करे ।

रोगियों की अकल पर भी पत्थर पड़ जाते हैं, वे आंस कान चन्द कर के तुरन्त बी० पी० मंगाते हैं । अपना सहस्रो रुपया बर्बाद कर देते हैं, किन्तु फिर भी इन रोगों से मुक्त होते दिखायी नहीं देते, बल्कि ऐसे विज्ञापनवाजों की औषधियों से बड़ी हानि होते देखी गयी हैं । भोले भाले युवक जिन्होंने अज्ञान-वश, ना-समझी के कारण अपना जीवन बिगाड़ा होता है इन चटकीले

स्वप्नदोष अथवा स्वप्नमेह ।

विज्ञापन बाजों के धोखे में जवरी फस जाते हैं। वे इन रोगों से मुक्त होनेके लिए उतावले होते हैं, इसलिए तुरन्त दवाईका आर्डर दे देते हैं।

खुदाई ठेकेदार ये—'चिकित्सक-पापाण' अररी अरड-बण्ड गोलियों से सैंकड़ों नययुवकों के जीवन बर्बाद कर देते हैं। उनका विश्वास हमेशा के लिये चिकित्सकों पर से उठ जाता है, फिर—'दूध का जला पानी को भां फूंक फूंक कर पीता है' की उक्ति के अनुसार वे लोग सच्चे चिकित्सकों का भी विश्वास नहीं करते। न अपनी बीमारी का हाल किसी को बताते हैं, किन्तु उनके छिपाने से रोग तां कम हो नहीं सकता। धीरे २ बढ़ता रहता है, और उनका जीवन ले लेता है।

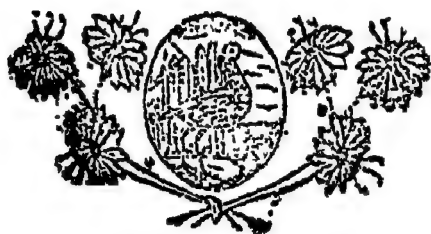
एक और बुरी बात इन झूठे विज्ञापन बाजों से होती है। वह यह कि लोगों की प्रवृत्ति पापावार का ओर अधिक हो जाती है। वह समझते हैं जो कुछ करना हो करलो बाद में दवाई खालेंगे, सब ठीक हो जायगा। वह पाप पङ्क में फंस जाते हैं। बाद में जिन विज्ञापनों पर विश्वास करके यह कुकर्म किया था उनकी दवा मंगाते हैं। सेवन करते हैं। किन्तु कुछ लाभ नहीं होता, हाथ मल २ कर पछताते हैं, फिर सारे चिकित्सक समाजको कोसते हैं, गालियां देते हैं। चिकित्सा प्रणालियों को बुरा बताते हैं।

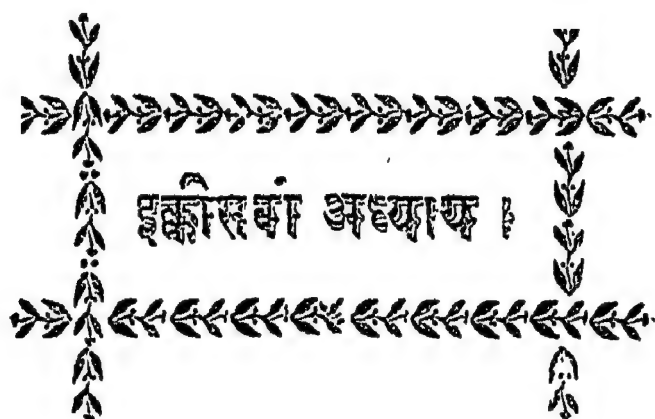
चिकित्सा ।

हमारे पाठक वृन्द इस प्रकार विज्ञापन बाणों के चक्र में फँसी न आवें, खूब सोच समझकर परीक्षा करने के उपरान्त जब किसी पर विश्वास हो जावे तब उससे औषधि मंगावें । अब हम स्वप्नदोष की चिकित्सा का वर्णन करते हैं ।

स्वप्नदोष अन्य रोगों की भांति केवल औषधि सेवन करने से कभी नहीं छूट सकता चाहे साक्षात् भगवान् भक्तिकरि का बुराई इस्तेमाल किया जाय । इस से मुक्त होने के लिये औषधि सेवन के साथ २ अन्य कई आवश्यक बातों पर भी ध्यान देना होगा । हमने इस की चिकित्सा के तीन विभाग किये हैं ।

१ मानसिक पवित्रता, २ संयमी-जीवन, ३ औषधि सेवन । यदि इन तीनों बातों में से एक कौ भी कभी रह गई तो फिर इस रोग की चिकित्सा नहीं हो सकती । अगले अध्यायों में हम इन तीनों पर प्रकाश डालते हैं ।





मानसिक पवित्रता ।



मने स्वप्न-दोष की चिकित्सा में मानसिक पवित्रता को सर्व प्रथम स्थान दिया है । इस का कारण यही है कि जब तक मन पवित्र नहीं होगा तब तक चाहे जितनी औषधियाँ का सेवन किया जाय सब व्यर्थ

होंगी । आप स्त्री-सहवास विषयक चिन्तन हर समय करते रहिये फिर चाहे 'महारतम्भन-पाक का सेवन करें', चाहे साक्षात् अमृतपान करें तब भी कभी आप स्वप्नदोष से बच नहीं सकते । इसलिये मन में कभी भी बुरे विचार नहीं आने देने चाहिये । कभी, कोई उत्तेजक अश्लील पुस्तक नहीं पढ़नी चाहिये, जिससे व्यर्थ की उत्तेजना होकर बोधपात हो जाय । ऐसे लोगों की संगति में कभी नहीं बैठना चाहिये जहाँ काम चेष्टाएँ जागृत हों । स्त्रियों में अपने से बड़ी को माता के तुल्य बराबर वाली

को भगिनी के तुल्य और छोटी को पुत्रों के तुल्य समझना चाहिये ।

स्त्रियों को कुट्टि से देखने से उनकी कोई छानि नहीं होती किन्तु अपनी ही आत्मा कलुषित होती हैं, अपना ही पतन होता है । आप एक स्त्री को दुरी दृष्टि से देखिये आपके हृदय में ज्वाला-सी जलेगी, आप हमेशा दुःखी चिन्तित रहेंगे, कभी शान्ति न पा सकेंगे, किन्तु यदि उसी स्त्री को आप भगिनी भाव से देखें तो आप कभी चिन्तित दुःखित न होंगे, एक आत्मिक आनन्द का अनुभव करेंगे, आपको आत्मोल्लास होगा ; भगिनी भाव में बड़ी पवित्रता है । उसकी भावना से हृदय की दुर्वासना तत्क्षण शान्त हो जाती है ।

मनएव मनुष्याणां कारणं बन्ध मोक्षयोः ।

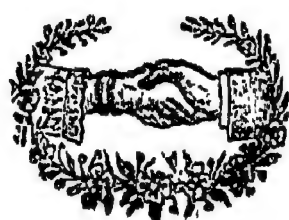
अर्थात्—मन ही मनुष्यके मोक्ष और बन्धन का कारण है आप अपने मन को पवित्र रखें स्वप्नदोष रूपी बन्धन से तुरन्त मुक्त हो जायँगे । आपने स्वयं ही तो अपने को इस बन्धन में डाल रखा है । आप जो इतने चिन्ता ग्रस्त हैं, दुःखी हैं उस का एक कारण आपकी मानसिक अविव्रता है । अपने गन्दे मन को धो डालिये, आपने लिये चारों ओर आनन्द ही आनन्द है ।

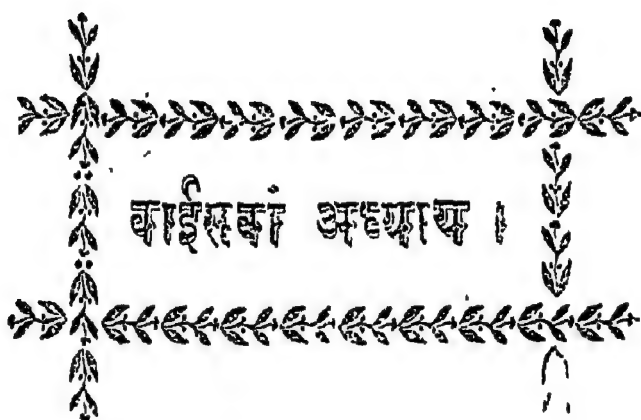
हम बलपूर्वक कह सकते हैं और आपको इसका विश्वास करना होगा कि मन पवित्र रखना यदि आसान नहीं है तो कठिन

स्वप्नदोष अथवा स्वप्नमेह ।

भी नहीं हैं । अ.प एक बार दृढ निश्चय काले, फिर कुभावनाये आपके पास भी नहीं फटक सकती । संसार को कोई शक्ति आपके निश्चय को बदल नहीं सकेगी । किन्तु, हां ! एक बात का हमेशा ध्यान रखिये, मन से कभी कुश्रुत न लड़िये । कभी इस फेर में मत पड़िये कि अमुक काम फल या न फल । बुरे काम के लिये तो कभी सोच विचार करना ही नहीं चाहिये । मन को उस पर विचार करने का अवसर ही न दीजिये । आपने उसे सोचने का मौका दिया और आप गिरे ।

मन की शक्ति कितनी प्रबल है इसका हम को ज्ञान नहीं है । यदि हम यह जान जाय कि मन में महान शक्ति है तो हम अनेक कार्यों में सफल हो सकते हैं । मन की शक्ति के आगे संसार की समस्त शक्तियां तुच्छ हैं । शारीरिक बल भी मानसिक बल के आगे कुछ नहीं है । जिनका मन सबल है वे असम्भव काम भी कर सकते हैं । अतः अपने मन को सबल पवित्र करिये स्वप्नदोष ही क्या कोई रोग भी आपके पास नहीं आवेगा ।





संयत दिन चर्या ।



न की पवित्रता बिना संयत दिनचर्या के कभी नहीं रह सकती, इसीलिये स्वप्नदोष के रोगी को अपनी दिनचर्या भी संयत करनी चाहिये। आप अगर तामसिक भोजन करके यह आशा रखें कि मन पवित्र रहे। यह अलम्भव है। इसलिये प्रातःकाल से रात्रि तक स्वप्नदोष के रोगी को अपनी दिनचर्या ठीक रूप में व्यतीत करनी चाहिये। हम संक्षेप में प्रातः काल से रात्रि तक की चर्या लिखते हैं। उसके अनुसार चलने से अवश्य लाभहीगा।

१ ब्राह्ममूर्त-जागरण ।

गर्मियों में ४ बजे और सर्दियों में ५ बजे उठ जाना चाहिये। अक्सर लोगों को जो स्वप्नदोष होता है वह इसी समय में होता है, क्योंकि मल मूत्र आदि वेग करते हैं, जो व्यक्ति उनको

स्वप्नदोष अथवा स्वप्न-मेह।

दवाता है उसे रोगी रहना आवश्यक है। इस समय उठने का विधान अति प्राचीन काल से है। इस समय त्रिविध वायु चलती है, प्रकृति सौम्यता और सुन्दरता से भर जाती है। सर्वत्र शांति और सुन्दरता का साम्राज्य होता है। इस समय जो लोग सोते हैं उन्हें स्वप्नदोष अकसर होता है।

२ उपः पान ।

उठते ही भगवन् का नाम लेकर सर्व प्रथम एक गिलास जल पी लेना चाहिये। इसे उपः पान कहते हैं। शरीर के बहुत से रोग इससे दूर हो जाते हैं। उपः पान से मेघा और शक्ति बढ़ती है और शरीर में उष्णता नहीं बढ़ती। काम विकार को शान्ति मिलती है। वीर्य सम्बन्धी कई रोग दूर हो जाते हैं। कोष्ठ वृद्धता अजीर्ण तथा स्वप्नदोष आदि रोग नहीं होते। आयुर्वेद शास्त्र में लिखा है:—

सत्रितुः समुदयकाले, प्रसूति सलिलस्य विवेदयौ ।

रोग जरा परिमुक्तो, जीदेहत्सर शतं साग्रम् ॥

अर्थात्—जो मनुष्य सूर्य के उगने से कुछ पहले आठ अञ्जली जल पीता है, वह रोग और वृद्धता से रहित होकर सौ वर्षों से अधिक जीता है।

बलावल के अनुसार यह जल कम या अधिक भी पिया जा सकता है।

३ मल-मूत्र विसर्जन ।

उपः पान करने के बाद एक मील चलकर शौच जावे । यदि घूमने बाहर न जा सके तो घर में ही टहल कर शौच जाना चाहिये । इस कार्य में आलस्य नहीं करना चाहिये ।

आलस्य वश जो लोग इस आवश्यकता को रोकते हैं, वे अपने स्वास्थ्य को खो बैठते हैं । उनके मलाशय और मूत्राशय में विकार उत्पन्न हो जाते हैं जिसके कारण वीर्य तथा अन्य धातुओं की हानि होती है । मल मूत्र विसर्जन करने के बाद उपस्थेन्द्रिय को ठण्डे जल से धो डालना चाहिये, इससे मन को शान्ति प्राप्त होती है । काम विकारों की सम्भावना नहीं रहती तथा दाद, खुजला, दुर्गन्ध, कृमि और स्वप्न-दोष आदि से रक्षा होती है । आंखों की ज्योति बढ़ती है । मस्तिष्क में विचार की स्फूर्ति भी बढ़ती है ।

४ वायु सेवन ।

प्रातः काल के समय वायु सेवन करना स्वप्नदोष के रोगियों के लिये अत्यन्त लाभप्रद है । बहुत से लोग सन्ध्या समये उद्यानों में टहलने जाते हैं । पर प्रातः काल का टहलना विशेष उपयोगी होता है क्योंकि उस समय त्रिविध वायु चलती है जो स्वास्थ्य के लिये बहुत अच्छी होती है । प्रातः काल का वायु सेवन करने से नेत्र और श्रवण की शक्ति बढ़ती है ।

स्वप्नदोष अथवा स्वप्नमेह ।

मनुष्य बुद्धिमान और बलवान होता है । मनोद्वेग, अलसत्व, चिन्ता, दुर्बलता, भय और रोग आदि का नाश होता है । शरीर के धातु और उपधातुएं हमें शुद्ध और पुष्ट होती हैं । काम विकार और उपस्थेन्द्रिय की शान्ति मिलती है जिससे स्वप्नदोष नहीं होता ।

५ व्यायाम ।

अविविहित स्वप्नदोष के रोगियों को अधिक व्यायाम नहीं करना चाहिये उनके लिये प्रातः काल का वायु सेवन ही यथेष्ट व्यायाम है । यदि स्वप्नदोष अधिक न होता हो तो व्यायाम करने में कोई हर्ज नहीं किन्तु फिर भी अधिक व्यायाम करना हानिकर है । अन्य संयम करने वाले व्यक्ति व्यायाम कर सकते हैं उससे लाभ ही पहुँचेगा जब कि मुँह सूखने लगे, हाँपने लगे यानी दम फूलने लगे, शरीर के जोड़ और कोख में पसीना आने लगे तब कसरत बन्द कर देना चाहिये ।

६ प्रातःकाल का स्नान ।

प्रातःकाल शीतल जलसे स्नान करना बहुत हितकारी है ।

सुश्रुत संहितामें लिखा है:—

निद्रादाह श्रमहरं स्वेदकण्ड तृषापहम् ।

हृद्यं मलहरं श्रेष्ठ सर्वेन्द्रिय विशोधनम् ॥

तन्द्रा पापोपशमनं तुष्टिदं पुंसत्व वर्धनम् ।

रक्त प्रसादनं चापि स्नान मग्नैश्च दीपनम् ॥

अर्थात्—स्नान करना, निद्रा, दाह (जलना), थकान, पसीना, खान, खुजली और प्यास को नष्ट करता है। हृदय को हितकारक है, मल दूर करनेवाले उपायोंमें सर्वोत्तम है, समस्त इन्द्रियोंको स्वच्छ करता है, तन्द्रा (ऊँघना) और पाप (दुःख) को नाश करता है। स्नान करनेसे चित्त प्रसन्न होता है, पुण्याय बढ़ता है। खून साफ होता है और अग्नि दीप्त होती है। याज्ञ-वल्क्य ऋषिने भी लिखा है:—

गुणाः सदा स्नान परस्य साधोः

रूपश्च तेजश्च बलश्च शीचम् ॥

आयुष्य मारोग्य च लोलुपत्वम् ।

दुःस्वप्न तारश्च यशश्च मेधाम् ॥

अर्थात्—हे सज्जनो ! सदा स्नान करने वाले मनुष्य को रूप, तेज, बल, पवित्रता, आयुष्य, मारोग्य, अलोलुपता, घुरे स्वप्नों का न आना, यश और मेधा आदि गुण प्राप्त होते हैं।

स्नानके समय सारे शरीरको भली भाँति मल-मल कर धोना चाहिये। उपस्थेन्द्रिय को भी धो हालना चाहिये। शरद ऋतु में अधिक शीत पड़नेपर गरम जलसे भी स्नान करना हानि कारक नहीं है।

७ भगवत् भजन ।

अपनी २ श्रद्धा और विश्वासके अनुसार प्रत्येक व्यक्तिको

स्वप्नदोष अथवा स्वप्न मेह ।

कुछ न कुछ समय प्रातःकाल भजन, पूजन, संध्या-वन्दनमें लगाकर चाहिये । तिनका विश्वास संध्या-वन्दन में है उनको तो संध्या-वन्दन अवश्य ही करना चाहिये अन्य भाई अपने २ विश्वासानुसार भगवान्‌का नाम जिस रूपमें चाहें ले सकते हैं । संध्या में जो मन्त्र आते हैं उनका अर्थ है एकाग्रचित्तसे भगवान्‌का ध्यान करना, अपने दिन भरके किये कार्यों पर विचार कर घुरे कामों के लिए पश्चात्ताप करना, आगे के लिए घुरे काम न करने की प्रतिज्ञा करना, आगे का समय अच्छे कामों में बर्तित इसको ईश्वरसे प्रार्थना करना । इससे मन पवित्र और संयमी बन जाता है । विषय चात्तनायं तुच्छ ज्ञात होन लगती हैं मन में पवित्रता उपजती है शरीर बलवान्, तेजस्वी और दीर्घ जीवी बनता है । अभ्यास करते २ पाप छूट जाते हैं । ऋग्वेदिकि में चित्त रमता है ।

हमारे यहां संध्याके बीच में प्राणायाम का भी विधान है । प्राणायाम सन्ध्योपासना का प्रधान अंग है । स्वप्नदोषके रोगियों को इससे अत्यधिक लाभ पहुंचेगा । हमारा विश्वास है कि यदि स्वप्नदोष अभी बढ़ा न होगा तो केवल दोनों बार सन्ध्यामें प्राणायाम करने से ही दूर हो जायगा ?

छो-सहवास समग्रधी ध्यान-चिन्तन करते रहने से वीर्य की गति पित्रल २ कट नीचे की ओर हो जाती है, और वीसे भी वीर्य जल की भांति तरल होने के कारण उसका स्वाभाविक प्रवाह नीचे की ओर होता है । जिससे उसके पतित होने की

सम्भावना बनी रहती है । प्राणायामके अभ्यास से वीर्य ऊर्ध्व-
गामी हो कर शरीरके समस्त अवयवों और मस्तिष्क को पुष्ट
करता है । मनु भगवान् ने लिखा है:—

दहन्ते ध्यायमानानां, धातूनां हि यथा मलाः ।

तथेन्द्रियाणां दहन्ते, दोषाः प्राणस्य निग्रहात् ॥

अर्थात्—जैसे अग्निमें डाल कर तपाने से धातुओं के मल
जल जाते हैं, वैसे ही प्राणायाम के काने से इन्द्रियों के सब दोष
भस्म हो जाते हैं ।

स्वप्नदोष के रोगी के लिए चाहे वह नया हो या पुराना
प्राणायाम रामबाण का काम करेगा । इस से आधी सफलता तो
बिना औषधि प्रयोग के ही हो जायगी, इसलिए प्राणायाम करने
का दृढ़ संकल्प करके इसे शुरू करना चाहिये । प्राणायामसे लाभ
ही लाभ होगा हानिकी बिलकुल सम्भावना नहीं है । अब हम
प्राणायाम करने की विधि लिखते हैं ।

पवित्र स्थान पर, जो कि न तो बहुत ऊँचा हो और न
नीचा हो, जहाँ शुद्ध वायुका भली प्रकार आवागमन हो, कुशासन,
“मृगं चर्म, या वस्त्र विद्धा कर बैठना चाहिए । उस समय संसार
की समस्त चिन्ताओं का पतित्याग कर अपने मन को एकाग्र कर
प्राणायाम प्रारम्भ करें ।

नाक के दाहिने छेद को दाहिने हाथ के अंगूठे से दबाकर
बायें से धीरे २ श्वास खींचना । यह पूरक प्राणायाम कहलाता है ।

स्वप्नदोष अथवा स्वप्नमेह ।

फिर बीच की दोनों ऋजुलियोंसे नाक के बांधे छेदको भी चन्द कर श्वासको रोके रखना यह बुझक प्राणायाम कहाता है ।

इसके बाद फिर नाकके बांधे छेद से धीरे २ श्वास को बाहर निकाल देना यह रेचक प्राणायाम कहालाता है ।

यह सब करने से एक प्राणायाम सम्पूर्ण होता है । इसी प्रकार नीवार पूरक, कुम्भक और रेचकके करते रहने पर तीन प्राणायाम होते हैं । प्रत्येक ऋजुप्यको एक समयमें कमसे कम तीन प्राणायाम करना आवश्यक हैं ।

प्राणायामके निरंतर करनेसे वीर्यकी अधोगति नहीं होती जिससे स्वप्नदोष का डर नहीं रहता । हृदय में काम विकारका स्त्रोत भी नहीं होता । मन और इन्द्रियां वशमें हो जाती हैं । बुद्धि तथा बल की वृद्धि होती हैं । शारीरिक और मानसिक शक्ति बढ़ती है । आयु दीर्घ होती है । हृदय में उत्साह पैदा होता है । वृद्धता रोग तथा क्षीणता का भय नहीं रहता । इसके अतिरिक्त प्राणायामके अनेक लाभ हैं जो विस्तार भयसे नहीं लिखे जाते । स्वप्नदोषके रोगियों से हमारा यही सत्परामर्श है कि वे प्राणायामका अभ्यास कर अपने जीवन की रक्षा करें ।

८ प्रातःकाल का भोजन ।

भोजन सम्बन्धी नियमों की सावधानी से भी स्वप्नदोष का रोगी अपने को इस रोग से बहुत कुछ मुक्त कर सकता है । खान-

यान सम्बन्धी दोष भी स्वप्नदोष के प्रधान कारणों में से एक है यदि हम थोड़ी सावधानी और दृढ़ता के साथ, भोजन सम्बन्धी नियमों का पालन करें तो बहुत कुछ लाभ उठा सकते हैं ।

प्रातःकाल का भोजन ६ से १० बजे के बीच में कर लेना चाहिये । सादा भोजन ही स्वप्नदोष के रोगी के लिये उपयोगी है गरम मसाले, लाल मिर्च, चटपटी चाट, अमचूर आदि वस्तुएं भले चांगे मनुष्य को ही हानिकार है फिर स्वप्नदोष के रोगी के लिये तो विष के समान हैं इसलिये इनसे बचन! चाहिये । अधिक नमक वाले पदार्थ भी नहीं खाना चाहिये । साधारण नमक, लाल मिर्च, मसाले आदि से रहित सादा भोजन ही लाभदा है ।

प्रसन्न मन से पवित्र स्थान पर हाथ पैर धोकर एकाग्र चित्त हो भोजन करना उचित है, भोजन के समय सब तरफ का ध्यान छोड़ देना चाहिए । चिन्ता, क्रिक, ईर्ष्या, द्वेष कलह आदि भावों के रहने चाहे अमृत का सेवन करे वह भी विष हो जाता है क्योंकि भोजन के समय चिन्ता क्रिक आदि के करने से भोजन अच्छी तरह नहीं पचता । भोजन न पचने से अजीर्ण हो जाता है अजीर्ण रोग रहने से धातुओं का क्षय होकर स्वप्नदोष जारी हो जाता है । इस लिये भोजन करते समय और उसके पच जाने तक क्रोध चिन्ता भय ईर्ष्या द्वेष को अपने पास तक नहीं फटकने देना चाहिये । भोजन करते समय तथा उसके बाद प्रसन्न चित्त रहना चाहिये ।

स्वप्नदोष अथवा स्वप्नमेह ।

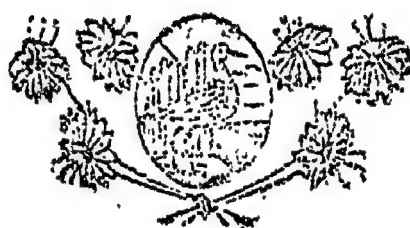
प्याज, लहसुन, दालचीनी, बड़ी इलायची, लोंग, जावित्री कपूर, चाय, काफी, अफीम, तम्बाकू, शराब, अधिक नमक, लाल मिर्च, खट्टाई, गरम मसाले, मिठाई (खास कर बाज़ार) गांजा आदि पदार्थ स्वप्नदोष के रोगी को भूलकर सेवन नहीं करने चाहियें क्योंकि यह सब स्वप्नदोष प्रवर्तक हैं ।

भोजन सम्बन्धी इन नियमों पर चलने तथा अन्य स्वास्थ्य सम्बन्धी पुस्तकों में बताये हुये नियमों पर चलनेसे लाभ होगा । श्री भगवान् ने गोता जी में कहा है:—

शुकाहार विहारस्य युक्तचेष्टस्य कर्मसु ।

युतस्वप्नावबोधस्ययोगो भवति दुःखहा ॥

अर्थात्—जो मनुष्य आहार विहार प्रमाण से करता है जो प्रमाण हीसे जागता व सोता है उस कर्म योगी का कर्म दुखों को दूर करने वाला होता है ।



तेईसवां अध्याय ।

शेष दिन चर्या ।

६ मध्याह्न की बात ।



तः कालका भोजन करनेके उपरान्त, घरमें ही ५०-६० कदम घूम कर लेट जाना चाहिये और मानसिक चिन्ताओं को छोड़ कर पड़े रहना चाहिए। भोजन करके जल्दी जल्दी चलना या दौड़ना, उचित नहीं है। आयुर्वेदके मतानुसार जो मनुष्य भोजन करनेके उपरान्त दौड़ता है उसके पीछे मीत दौड़ती है। भोजन करके सो जाना भी हानिकर है। बहुत से लोगों को दिनमें सोनेपर भी स्वप्नदोष हो जाता है इसलिए गर्मी के मौसम के सिवाय कभी नहीं सोना चाहिए। गर्मी में भी १॥ घण्टे से अधिक नहीं सोना चाहिए।

भोजन करके तुरन्त बैठ जानेसे आलस्य और अंध आती है, लेट जाने से शरीर पुष्ट होता है, दौड़ने से मृत्यु पंछे दौड़ती है और शरीर २ चलने से उम्र बढ़ती है।

स्वप्नदोष अथवा स्वप्नमेह ।

एक बात और ध्यानमें रखने की है कि छाया में धीरे २ चलने से आयु बढ़ती है न कि धूपमें । भोजन करनेके उपरान्त धूपमें कभी नहीं चलना चाहिए ।

हारीत ऋषिने लिखा है—भोजन करके बिना लेटे हुए बैठ जानेसे मनुष्य मोटा हो जाता है । थोड़ी देर खींचा लेटने से ताकत आती है । बाईं करवट लेटने से वम बढ़ती है और दाढ़ने से पीछे २ मोत दौड़ता है । इसलिए भोजन करनेके बाद थोड़ा घूम कर आराम करे और फिर अगले २ कामों में लग जावे ।

दिनमें सोना प्राकृतिक नियमके विरुद्ध है । किन्तु सोनेसे चात, पित्त, कफ और रक्त कुपित हो जाते हैं । इन्तके कुपित होनेसे दिन में सोनेवालों को खांसी, श्वास, जुकाम, सिरका भारी होना, अतीर दृष्टना, अरुचि, ज्वर और मन्दाग्नि आदि विकार हो जाते हैं ।

१० तीसरे पहर फल सेवन ।

आज कल मातायें छोटे पत से हो बच्चों की आदतें निगाढ़ देती हैं उनको लाड़ प्यार के कारण ५। ५ और ६। ६ बार दूध २ कर खिलाती हैं । इससे उनका कोठा खराब होकर 'बाह्द मासिया रोगी' बने रहते हैं । बालक ही नहीं किन्तु समझदार पढ़े लिखे युवक भी दिन में कई बार खाना खाते हैं । यह

ठीक नहीं है, इससे अजीर्ण हो जाता है और फिर दो बार का भोजन भी हजम नहीं होता। कई बार खाने के बजाय यदि तीसरे पहर कुछ फल खा लिये जाय तो बड़ा अच्छा हो।

हमारी बाबू और लाला पार्टी जिस का काम तमाम दिन, सुबह से लेकर शाम तक, एक आसन से कुर्सी पर बैठना या गद्दे पर पड़ा रहना है। उसकी पाचन शक्ति निर्बल होती है। इसका कारण आंतों का अच्छी तरह न काम करना है। आंतों के काम न करने से दस्त साफ नहीं आता जिससे उन लोगों में बिबलता या पीड़ा उत्पन्न हो जाती है, शिर भारी हो जाता है या शिर में दर्द बना रहता है, सुस्ती छाई रहती है जो कि स्वप्नदोष का कारण है। ऐसे लोगों के लिये तीसरे पहर फल खाना बड़ा लाभदायक है ताजे फलों के खाने से यह विकार नष्ट हो जाते हैं। शरीर का सारा अपशिष्ट भोजन और मल सरलता पूर्वक निकल जाता है और मनुष्य स्वस्थ हो जाता है।

जिन लोगों को रोज अजीर्ण की शिकायत रहती हो उनको फलों का सेवन करना चाहिये। दस पन्द्रह दिनों तक फलों का सेवन करने से अजीर्ण नष्ट हो जाता है। मेदे में एक रस होता है जिसकी सहायता से भोजन हजम हो जाता है फलों के सेवन से इस रस में उत्पन्न होने वाले दुर्गुण दूर हो जाते हैं।

स्वप्नदोष अथवा स्वप्नमेह ।

सेव, नांगी, नालपाती, बेला और इस्ताथर नामक फलोंमें अजीर्ण दूर करनेका गुण है । रसभरी शहतूत और अनार में भी अजीर्ण दूर करने का गुण है । अजीर्ण में सब से अधिक लाभ देनेवाले फल अज्जीर अंगूर, खूशानी, किशमिश और खजूर हैं ।

फलोंमें वस्ति को शुद्ध करने की शक्ति भी होती है । वे 'गुरदो' (वृक्क) का खराब मेल निकाल डालते हैं । 'गुरदो' में यदि मेल जम जाय, तो उसे निकालने के लिए फल बहुत आवश्यक हैं । इस काम के लिए नारंगी और तरवुज बहुत अच्छे हैं । इन फलों का रस देवल गुरदों को मेल हो दूर नहीं करता पर उनके कार्य में सहायता करता है और चिन्त को प्रसन्न रखता है । वस्ति के शुद्ध रहनेमें स्वप्नदोष होने की सम्भावना भी कम हो जाती है । काम विकारों को शान्ति मिलती है ।

आयुर्वेद शास्त्रमें फलाहारके अवरिमित लाभों का वर्णन है । प्राचीन कालमें ऋषि मुनि अधिकतर फलाहारी होते थे । फल आहार से उनको काम नहीं सताता था । और वे निर्विघ्न वन तपस्या करते थे । महावीर लक्ष्मणने भी वनमें १२ वर्ष तक फलों वा संघन किया था उसी के कारण वे अपने वन कालमें ग्रहचारी रह सके ।

फल प्रकृति की देन है । प्रकृति माता का वास्तविक उपहार फल ही है । भिल ऋतुओंमें प्रकृति माता

भिन २ फल देनी है । जो फल जित ऋतु में होता है, वह वसी ऋतु में अधिक लाभकारी होता है ।

भोजन कर लेने के पश्चात् फल खाना बहुत लाभदायक है । इससे कोष्ठ बद्धता, मज विकार, ज्वर, तिर्वलता तथा अन्य रोगों से रक्षा होती है । मन चंचल नहीं होता । सत्कर्मों में प्रवृत्ति होती है । वीर्य पुष्ट होता है काम शक्ति की प्रेरणा दय जाती है स्वप्न दोष का भय बहुत कुछ दूर हो जाता है ।

११ सायंकाल शौच जाना ।

प्रातःकाल और सायंकाल दोनों वार प्रत्येक अनुष्य को शौच जाना चाहिये । खास कर स्वप्नदोष के रोगी के लिये तो अनिवार्य ही है । सायंकाल को यदि शौच अच्छी प्रकार आवे तो रात्रि को स्वप्नदोष की कम सम्भावना रहती है नींद भी भली भांति आती है । प्रातःकाल उठने पर सुस्ती नहीं रहती । इस लिये दोनों समय शौच जाना चाहिये ।

१२ सायंकाल का स्नान और संध्या वन्दन ।

गरमी के दिनों में सायंकाल को ठण्डे पानी से अवश्य स्नान करना चाहिये । सिर पर काफो देर तक ठण्डे पानी की धार छोड़नी चाहिये । इस से काम विकारों को शान्ति मिलेगी सर्दियों में शाम को न नहा कर केवल उपस्थेन्द्रिय को ही शीतल जल से धो डालना पर्याप्त होगा ।

स्वप्नदोष अथवा स्वप्नमेह ।

नहाने के बाद प्रातःकाल की भांति सायंकाल को भी ईश्वर भजन अथवा सन्ध्या वन्दन और प्राणायाम करना चाहिए इस से हृदय में शुभ संकल्प उठेंगे । वीर्य ऊर्ध्वगामी होगा और स्वप्नदोष नहीं होगा ।

१२ सायंकाल का भोजन ।

जहां तक हो सके स्वप्नदोष के रोगी को सायंकाल के समय भोजन नहीं करना चाहिये । यदि वास्तव में भूख लगे तो ७ बजे से पूर्व ही आधी भूख रख कर भोजन करना चाहिये । वर्षा ऋतु में तो एक बार भोजन करना ही अत्युत्तम है । अन्य ऋतुओं में भी थोड़ी भूख रखकर भोजन करने से लाभ रहेगा ।

८ बजे के बाद कोई भी तरल पदार्थ यथा सम्भव नहीं पीना चाहिये ।

१३ सायंकाल की हवा खोरी ।

सायंकाल का भोजन करके टहलने अवश्य जाना चाहिये इससे भोजन ठीक रूप से हजम हो जायगा । अङ्गरेजों में भी कहावत है:—

After dinner rest a while, after supper walk a mile.

अर्थात्:—दोपहर का भोजन करके थोड़ा विश्राम करो और सायंकाल का भोजन करके एक मील सैर करने जाओ ।

१४ शयन ।

स्वप्नदोष के रोगी को गुदगुदे, गद्देदार पलङ्ग पर कभी नहीं सोना चाहिये । यदि साफ सुथरी पक्की जहां सांप बिच्छू आदि का खतरा न हो ऐसी ज़मीन मिल जाय तो बड़ा ही अच्छा है अथवा लकड़ी के तख्त पर सोना ही लाभदायक रहेगा । अधिक गद्दे तकियों का व्यवहार भी नहीं करना चाहिये । साफ सुथरे धुले हुए कपड़े ही ओढ़ने और बिछाने के काम में लाने चाहिये ।

शय्या पर जाने से पूर्व हाथ, पैर, मुँह और हो सके तो उपस्थेन्द्रिय को धो डालना चाहिये । धोकर तौलिये से भली भाँति पोंछकर फिर शय्या पर जाना चाहिये । शय्या पर लेटकर भगवान का चिन्तन करते २ सो जाना चाहिये ।

चित्त सोना भी स्वप्नदोष प्रवर्त्तक है । इसलिये चित्त सोना छोड़ देना चाहिये । यदि आदत पड़ गयी हो तो धीरे २ उसका परित्याग करना चाहिये । दाहिनी व बाईं करबट सोना भी लाभदायक हैं । सिर को तकिये पर इस तरह रखने, कि मुँह और दोनों आंख दाहिनी अथवा बाईं तरफ झुकी रहे । इसे पट सोना कहते हैं । यह भी हानिकारक नहीं है ।

ओढ़ने और बिछाने के कपड़े साफ सुथरे धुले हुये होना चाहिये । तकिये का गिलाफ़ मैला होने से भी स्वप्नदोष हो जाता

स्वप्नदोष अथवा स्वप्नमेह ।

है । रात में साफ हवा को विशेष आवश्यकता होती है । बन्द कमरों में सोना हानिकारक है । दूषित हवा के निकल जाने और साफ हवा के अन्दर आने को आगने सामने खिड़कियों का होना बहुत ही ज़रूरी है ।

सोते समय किसी प्रकार की भी चिन्ता, मन में नहीं रखनी चाहिये । काम विचारों को मन से एक दम निकाल देना चाहिये । काम विचारों का चिन्तन करते २ सोने से स्वप्नदोष अवश्य होता है । इसलिये निश्चिन्त होकर भगवान का स्मरण करते २ सो जाना चाहिये ।

यदि रात्रि के समय सोते २ पकाएक आंख खुल जावे तो तुरन्त आज्ञस्य का परित्याग कर पेशाब करना चाहिये । फिर कमरे में थोड़ी देर टहल कर सो जाना चाहिये । यदि उस समय थोड़ा भी आलस्य किया जावेगा तो स्वप्न दोष अवश्य होगा ।

१५ अन्य आवश्यक बातें ।

(क) लंगोट बन्द रहना:—बहुत से लोगों को यह मिथ्या भ्रम हो गया है कि लंगोट बांधनेसे नपुंसकता हो जाती है यह भ्रम दूर करना चाहिये । हां ! बहुत मोटे-दोहरे लंगोट से जननेन्द्रिय को विशेष गर्मी पहुँचने से वीर्य पात हो सकता है । इसलिये एक पतला वस्त्र लंगोट के लिये बड़ा उपयोगी है ।

लंगोठ बांधने से इन्द्रियों में प्रचुर शक्ति सञ्चय होती है। अण्ड-कोष बढ़ते नहीं। मन पर अपना अधिकार रहता है। बल, उत्साह, स्फूर्ति, सदाचार, सत्प्रेम और संतसंग आदि की वृद्धि होती है।

(ख) दुग्ध पानः—गौ का धारोण दूध स्वप्नदोष के रोगियों के लिये बहुत लाभदायक है। गरम किया हुआ जलतार दूध स्वप्नदोष का प्रवर्तक है। इसलिये स्वस्थ गाय का धारोण दूध पीना चाहिये। भैंस का दूध तमोगुणी होता है उससे स्वप्न-दोष होता अधिक सम्भव है। गौ का धारोण दूध थोड़ा सा प्रातःकाल पीने से मन को शान्ति मिलती है। व्यर्थ की उरोजना शान्त होती है। कई प्रकार के धातु सम्बन्धी रोग जाते रहते हैं। क्षय को नष्ट कर हृदय मस्तिष्क तथा सर्वाङ्ग को पुष्ट तथा तेजस्वी बनाता है।

(ग) संतसंग और सद् ग्रन्थावलोकनः—अपनी दिनचर्या में से जितना समय बचे उसे अच्छे पुरुषों की सङ्गति में लगावे। गोस्वामी तुलसीदास जी ने लिखा हैः—

तात ! स्वर्ग अपवर्ग सुख, धरिय तुला एक अङ्ग ।

तुलै न ताहि सकल मिलि, जो सुख लव सत्रसङ्ग ॥

संतसङ्ग की महिमा हमारे शास्त्रों में खूब बतलायी गयी है। बड़े २ व्यवहारी और पापी लोग संतसङ्ग के प्रभाव से इस

स्वप्नदोष अथवा स्वप्न मेह ।

भवसागर से तर गये और मुक्त हो गये ।

सङ्गति का प्रभाव अवश्य पड़ता है । कुसङ्ग में पड़कर बहुत से लोग अपना जीवन नष्ट कर डालते हैं । इसीलिये गोस्वामी तुलसीदास जी ने लिखा है:—

घरु भल वास नरक कर ताता । दुष्ट सङ्ग जनि दैद विधाता ॥

कितना ही संयमी पुरुष हो उसे इस बात का अभिमान न करना चाहिये कि वह घुरे पुरुषों की मण्डली में रह कर भी अपना धर्म निभा सकेगा । यह कार्य पेसा ही है जैसा विष पान करके जीवित रहने की आशा करना ।

सत्संग से भगवद्भक्ति में चित्त रमता है । भौतिक प्रपञ्चों से जीवन मुक्त हो जाता है । मन का अविवेक रूपी अन्धकार दूर होकर सद् बुद्धि रूपी प्रकाश का उदय होता है ।

यदि खाली समय में सत्संग प्राप्त न हो सके तो सद् ग्रन्थों का पाठ करना चाहिए । अश्लील, लज्जा जनक घासलेटी साहित्य को छोड़ ताववेत्ता, चिरक, योगी, साधु, भक्त तथा महात्मियों के जीवन चरित्र पढ़ने चाहिये । धार्मिक ग्रन्थ देखने चाहिये ।

सद् ग्रन्थों का पाठ करने से मन और मस्तिष्क को दृढ़ता और शान्ति मिलती है । मनुष्य उद्योगी और परिश्रमी बनता है । कर्म निष्ठा, प्रसन्नता, धैर्य, सेवा शक्ति, दया और गुण ग्राहकता की वृद्धि होती है । चिन्ता, भय, द्वेष तथा अहङ्कार दूर भागते हैं । पाप वासना कभी उदय नहीं होती । कल्याण का मार्ग दिखाई देता है ।

चौवीसवां अध्याय ।

दैवी शक्ति की शरण ।



गवान ने मनुष्य को अपनी अनेक शक्तियाँ प्रदान की हैं। उन्हें दैवी शक्ति कहते हैं, क्योंकि वह दैव की देन है, धैर्य, उत्साह, आत्म-विश्वास, दृढ़ संकल्प प्रबल इच्छा शक्ति, परिश्रम, सद् अभ्यास आदि उस की दैवी शक्ति के अनेक रूप हो तो हैं। हम मनुष्य अपनी स्वार्थ साधना में इतने रत रहते हैं कि

भगवान और उनके द्वारा दी गई शक्तियों को भूल जाते हैं। सोकरे खाते हैं, दुःख उठाते हैं और अपने भाग्य को बुरा मला कहते हैं।

चिकित्सा और खासकर स्वप्नदोष को चिकित्सा में दैवी सहायता की बड़ी भारी आवश्यकता है। बिना दैवी शक्ति की सहायता के स्वप्नदोष से मुक्त होना सम्भव नहीं। कल्पना करिये

स्वप्नदोष अथवा स्वप्नमेह ।

एक स्वप्नदोष का रोगी है उसे हर समय वीर्य पतित होनेका भय लगा रहता है । वह सोचता रहता है कि मेरा रोग तो दूर नहीं हो सकता ? मेरा जीवन भार स्वरूप है !! हाय मैं क्या करूँ !!! अब चाहे उसे कोई भी रामबाण औषधि दीजिये सब व्यर्थ होगी क्योंकि उसे जो चिन्ता लगी हुई है उसको जो कुधारणा होगई है कि मेरा रोग नहीं छूटेगा, वह औषधि के प्रत्यक्ष फल को देख कर भी उसे शङ्कित ही रखेगी । जब तक उसका विश्वास यह न हो जाय कि औषधि से मुझे लाभ होगा मैं औषधि सेवन करने से भला चला हो रहा हूँ तब तक औषधि प्रत्यक्ष फल देने हुए भी उसका रोग दूर करने में असमर्थ रहेगी ।

इस लिए स्वप्नदोष के रोगियों के लिये यह आवश्यक हो जाता है कि वह दैव की शरण ले । भगवान के सामने अपनी तमाम दृढ़ता लगाकर प्रतिज्ञा करें कि अब कोई मानसिक पाप भी हम से न होगा फिर भगवान की दी हुई दैवी शक्तियों का स्मरण करें वह शक्तियां यदि सच्चे हृदय और स्वच्छ मन से उनका आवाहन होगा अवश्य सहायता करेंगी ।

सर्व प्रधान दैवी शक्ति धैर्य है । इसका साथ कभी न छोड़े सदा धैर्य धारण करें । आत्म विश्वास रखें कि सबल से सबल रोग भी दूर हो जावेगा, यह तो साधारण रोग है । उत्साह हीन कभी न हों । वाल्मीकि रामायण में लिखा है ।

‘उत्साह वन्तः पुरुषा नावसीदन्ति कर्हिचित्’ ।

अर्थात्—उत्साही पुरुषों को कभी कष्ट नहीं हो सकता ।

उत्साही पुरुष कभी आलसी होकर नहीं बैठ सकता । आलस्य एक रोग है । दैवी शक्ति उत्साह से वह दूर भागता है । जहां उत्साह वहां आलस्य कहां ? उत्साही पुरुष का मन सदैव ऊंचे से ऊंचे कार्य की ओर लगेगा । एक कार्य पूर्ण होते ही वह दूसरे में संलग्न हो जावेगा, उसे इतना समय ही नहीं मिलेगा कि वह कुवासनाओं का चिन्तन कर सके । बुरे विचार मन में ला सके ।

जो लोग कुवासनारूपी पिशाचिनी से बचना चाहते हैं उन्हें दैवी-शक्ति-उत्साहको धारण कर सदा किसी न किसी सत्कार्य में लगा रहना चाहिए ।

उत्साह को धारण करनेके लिए प्रबल इच्छा शक्तिकी अत्यन्त आवश्यकता है । इच्छा शक्ति के निर्दल होते ही उत्साह भाग जाता है । इच्छा शक्तिरूपी दैवी-शक्ति के बलपर कठोर से कठोर व्रत की साधना हो सकती है । यदि हम अपनी इच्छा शक्ति को प्रबल कर लें तो हमारी अनिच्छा से सोते जागते कभी भी वीर्य पात नहीं होवेगा । जहां स्वप्नद्रोष के अन्य कारण हैं वहां इच्छा शक्तिकी निर्यलता भी एक कारण है । इच्छा-शक्तिके प्रबल होने से मनपर अपने आप ही अधिकार हो जाता है । चित्त प्रसन्न

स्वप्नदोष अथवा स्वप्न-मेह ।

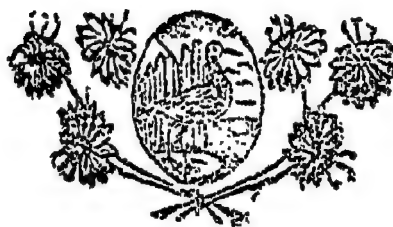
रहता है। धैर्य साथ नहीं छोड़ता। कर्त्तव्य पालनमें सफलता मिलती है। मनुष्य का मन और शरीर दोनों स्वस्थ रहते हैं। जीवनी शक्ति बढ़ती है।

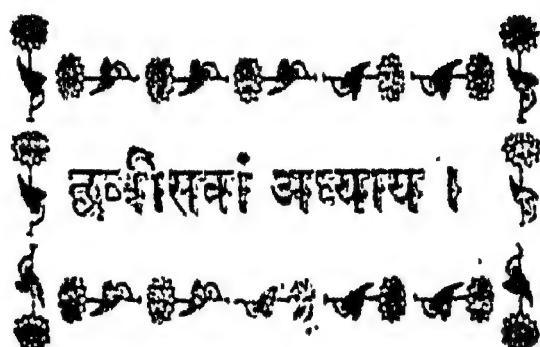
इन दैवी शक्तियों को निरन्तर प्रयोग में लानेका नाम सदा-भ्यास है। प्रबल-इच्छा शक्ति, दृढ़ता, उत्साह, धैर्य और आत्म-विश्वासके साथ जो कार्य करेंगे उसमें अवश्य सफलता मिलेगी। एक बार न मिली, दूसरी बार सही, दूसरी बार न मिली तीसरी बार सही, आप अभ्यास जारी रखें एक न एक दिन सफलता स्वयं आकर आप के सामने उपस्थित होगी।

ईश्वर-प्रदत्त इन दैवी शक्तियोंको दृढ़ता पूर्वक धारण करना चाहिए। मनमें इस वा ध्यान तक न जाना चाहिए कि हम रोगी हैं, हमें स्वप्न-दोष होता है। सदा यह ध्यान में रखना चाहिए कि हमारा शरीर पुष्ट हो रहा है, हमें अब स्वप्न दोष कभी न होगा जरा और व्याधि हम से दूर हो कर स्वास्थ्य और यौवन प्राप्त हो रहा है। हमारा मन, हमारा शरीर हर रोज पवित्र हो रहा है, भगवान के चरणों के हम अधिक निकट होते जा रहे हैं। भगवान के बताये हुए कर्त्तव्य पथसे हमें कोई विचलित नहीं कर सकता। ऐसा चिन्तन करते रहनेसे तथा कुविचारों को क्षणमात्र के लिए भी मन में स्थान न देनेसे अपूर्व शान्ति का अनुभव होगा और अनेक व्यर्थ की चिन्ताएँ दूर हो जायँगी। इसके विरुद्ध

यदि थोड़ी भी मन में कुचासना घुसी और कुचासनाओं का चिन्तन किया तो पतन अवश्यम्भासी है ।

इसलिए उपरोक्त दैवी-शक्तियों के प्रयोग से कुचासनाओं को निकाल देना चाहिये और मनको हमेशा शुभ-चिन्तन में लगाना चाहिये और जहाँ तक हो सके विश्राम देना चाहिये उससे शारीरिक उन्नति भी होगी और स्वप्नदोष ही नहीं किन्तु अन्य रोगों से भी मुक्ति हो जावेगी ।





स्वप्न-दोष नाशक अन्य अनुभूत औषधियां ।

मूसली पाकः—मूसली सफेद एक सेर लो, उसे आटे केसमान पीस लो, फिर उस आटेको ८ सेर दुध में डाल कर अग्नि पर पकाओ, जब पक्के २ उसका खोया बन जाय तो उतार लो और फिर एक बट्ठाई में एक सेर घी डाल कर अग्नि पर भूनो, फिर चार सेर चीनी की चाशनी कर के उसमें मावा डाल दो ।

इसके बाद निम्नलिखित औषधियां १-१ तोला लोः—काली मिर्च, पीपल, छोटी इलायची, सोंठ, दारचीनी, पत्रज, हाऊबेर, सौंफ, शतावर, जीरा, अजवायन, चित्रक, गजपीपल, पीपलामूल, आंवला, गोखरू, धनियां (अलगन्ध) अश्वगन्ध, मोथा, हरड़, खरेटी, समुद्र शोख, खरेटी, कौंव के बीज, मुलहठो, गोंद सेमल, सिंघाड़ा, कमल गट्टा, घंशलोचन, नेत्रवाला, बंकोल, अकरकरा, कर्पूर । इन सब औषधियों को कुट-पीस कर चूर्ण बना कर उस मावे में डालो । बादाम, पिस्त्व, चिरौजी, गोला भी यथेष्ट डालो ।

बस यही मूसली पाक तैयार हो गया । इसे अपने बलाबल के अनुसार शहद शंखु में सेवन करो । इस से स्वप्नदोष तो नष्ट हो ही जाता है साथ ही साथ अजीर्ण (वदहज्मी) प्रमेह, बवासीर, दमा खांसी क्षय, वीर्यका पत्रला पन, नेत्रों की निर्दलता आदि विकार भी नष्ट हो जाते हैं ।

नोटः—इस मूसली पाकमें यदि १ तोला चन्द्रोदय मकरध्वज और दो तोला शुद्ध कृष्णाम्रक भस्म डाल दिया जावे तो और भी लाभप्रद बन जाता है ।

स्वप्न-दोष नाशक गोलियांः—शुद्ध शिलाजीत, षड्गं भस्म छोटी इलायचो के दाने और नीलो भाईका वंशलोचन, इन चारों औषधियों को बराबर-बराबर लेकर, शहद के साथ खरल करके, एक एक रत्ती या दो दो रत्ती की गोलियां बना लो । प्रातःकाल और सायंकाल के समय अपने बलाबल के अनुसार एक या दो गोली खाकर ऊपर से गाय का धारोष्ण दूध पीना चाहिये । ३१ दिन तक निपमित रूप से इन गोलियोंको सेवन करने से स्वप्न दोष नष्ट हो जाता है । प्रमेह, बहु, मूत्र, पेशाब का बहुत और बारम्बार होना तथा अन्य धातु विकार नष्ट हो जाते हैं ।

नोटः—छोटी इलायचो और वंशलोचन को महीन पीस कर सब षड्ग और शिलाजीत में मिलाना चाहिये ।

स्वप्न-दोष नाशक चूर्णः—कमल गट्टे की गिरी दो तोले, बड़े गोखरू दो तोले, बिंदारीकंद चार तोले, सेंमल की नयी मूसली

स्वप्नदोष अथवा स्वप्न मेह ।

चार तोले सय औषधियों को लेकर कूट पीस कर कपड़ छन कर लो और जितना बजन इस चूर्णका हो, उतनी मिथी मिला कर पीस कर इस में मिला दो और रख दो । इस में से एक तोले चूर्ण सवेरे और एक तोले शाम को फांक कर ऊपर से गाय का धारोष्ण दूध पीने से स्वप्नदोष समूल नष्ट हो जाता है । जाने अनजाने वीर्यपात हो जाना तथा प्रमेह भी बन्द हो जाता है ।

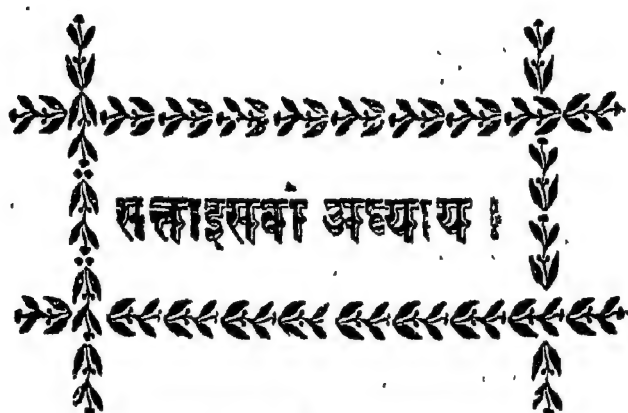
नोट:—कमल गट्टे को गिरी हरी पत्ती निकाल कर इस्तेमाल करनी चाहिये ।

स्वप्न-दोष नाशक वटी नम्बर (२):—सोनेके चक एक माशा चाँदी के चक दो माशा, जयफल ३ माशा, अकरकरा ३ माशा, लौंग ३ माशा, लौठ ३ माशा, केशर ३ माशा, कस्तूरी ३ माशा, पीपल ३ माशा, कर्पूर ३ माशा, कृष्णाभ्रक भस्म ३ माशा सब औषधियोंसे चौथाई अफोम डाल करखरल करो । जब खूब घारीक हो जावे तो गुलाब जलके योग से साबित मूंगके समान गोली बना लो । प्रातःकाल और सायंकाल दोनों समय एक एक गायके धारोष्ण दूध के साथ सेवन करो ।

यह स्वप्नदोष नाशक वटी स्वप्नदोषकी जड़ोंपर कुठाराघात कर समूल नष्ट कर देगी । इस को कम से कम ३१ दिन सेवन करना चाहिये । शीघ्र पतन तथा अस्थिरता को भी दूर करती है ।

स्वप्न-दोष नाशक चूर्ण:—ईसब गोलकी भूसी १ माशा, गोंद

बबूल-१ माशा, वहमन सुर्ख १ तोला, इमली के बीये की गिरी ८ तोला । इन सब औषधियों को लेकर खूब बारीक पीस लो फिर बराबर की खाँड मिला लो प्रातःकाल और सायंकाल ६-६ माशे गाय के धारोण दूध के साथ खाओ । स्वप्नमेह शान्त होगा ।



खप्रदोष और सूजाक ।



प्रदोष तथा प्रमेह आदि के अतिरिक्त भी अनेक जीवन नाशक पुरुष तथा स्त्री जननेन्द्रिय सम्बन्धी रोग आज भारत में बड़ी संख्या में फैले हुए हैं । इन रोगों की व्युत्पत्ति, विकास, लक्षण, तथा चिकित्सा आदि का वर्णन हम किसी दूसरे ग्रन्थ में विस्तार पूर्वक करेंगे । इन रोगों में सूजाक और उपदंश प्रधान रोग हैं ।

स्वप्नदोष अथवा स्वप्नमेह ।

सोड़ाक एक मूत्र की नलिका का रोग है। यह रोग अधिकांश में दूषित योनि स्त्री से पुरुष को और दूषित पुरुष से स्त्री को लग जाता है। परन्तु एक बात ध्यान देने की है और वह यह है कि इस रोग का सम्बन्ध केवल मूत्र नलिका से ही है स्वप्नदोष अथवा प्रमेह की भांति इसका सम्बन्ध शरीर की समस्त धातुओं से नहीं है। स्वप्नदोष और प्रमेह में समस्त शरीर का रक्त, माँस, मज्जा, और वीर्य प्रभृति धातुएँ खराब होकर मूत्र-नली द्वारा, मूत्र के साथ निकलती है इससे मनुष्य का जीवित रहना कठिन हो जाता है। किन्तु सोड़ाक से यह नहीं होता।

सोड़ाक की प्रारम्भिक दशा में पेशाब करते-समय या पेशाब करने के बाद दर्द होने लगता है। पेशाब की नाली का मुख नर्म और लाठ हो जाता है। इसमें जलन सी मालूम होती है। यह जलन बढ़ती रहती है और कुछ प्रवेत रक्त का त्वाव होने लगता है। इसके बाद क्रमशः यह व्याधियाँ हो जाती हैं:—बहुत सा हरा, सफेद, लाल रक्त मिला पीव (पीप) निकलने लगता है, रात्रि को बारम्बार अस्वाभाविक जिंगोद्रोक और मूत्र करने की इच्छा होती है जिसके कारण नींद टूट जाती है पर मूत्र साफ़ उतरता नहीं है, पुरुष जननेन्द्रिय का मुण्ड फूल कर लाल हो जाता है, अण्ड कोषों में दाह रहता है। हर समय पीव (पीप) अथवा रक्त बहता रहता है, कभी २ पीव (पीप) के

सूख जाने पर मूत्र नलिका का मुँह बन्द हो जाता है, मूत्र का निकलना बन्द हो जाता है ।

रोग के बढ़ जाने पर मूत्र नलिका में ज़ख्म हो जाते हैं, उनमें से राध या पीथ (पोप) निकल कर बहती रहती है, पेशाब करते समय इस रोग में भयानक वेदना होती है । सोड़ाक के रोगियों का शरीर निर्वल होना आवश्यक नहीं है क्योंकि शरीर की आधार मूत्र घातुओं का क्षय नहीं होता केवल मूत्र नलिका खराब हो जाती है ।

पाठक गण ! आप स्वप्नदोष, प्रमेह तथा सोड़ाक का अन्तर भली भाँति समझ गये होंगे । हमारा इतना लिखने का तात्पर्य येही था कि आप इसे भली भाँति हृदयंगम करले कि स्वप्नदोष और सोड़ाक में क्या अन्तर है । सोड़ाक उपदंश आदि रोगों पर एक स्वतन्त्र पुस्तक लिखकर हम भली प्रकार प्रकाश डालेंगे । इस समय इनके सम्बन्ध में लिखना अप्रासंगिक होगा ।

कभी २ ऐसा भी देखा गया है कि स्वप्नदोष के रोगी को स्वप्नदोष होता है किन्तु साथ में सोड़ाक भी है । ऐसी दशा में लाम हो जाना कठिन हो जाता है । जिन हत भाग्य भाइयों को यह दोनों नाशकारी रोग हैं उनके लिये भी कुछ अनुभूत चुस्के लिखे जाते हैं, आशा है इनको प्रयोग कर वह लाम उठावेंगे :—

स्वप्नदोष अथवा स्वप्नमेह ।

१-एक छटांक रेह (जिससे घस्य घोते हैं) को छानकर तीन छटांक पानी में, मिट्टी के स्वच्छ धुले हुए बर्तन में, मिगोकर रात्रि को ओस में रखदो प्रातः काल के समय नित्यार कर दो रत्ती नाग भस्म (शोरे द्वारा मारित) के साथ सेवन करो । पुनः रात्रि में यज्ञ भस्म एक रत्ती, दो माशा तालमखाना चूर्ण के साथ शर्दत बज्जरी ४ तोले में मिलाकर सेवन करो । कम से कम ३१ दिन सेवन करना चाहिये ।

२-तैल बहरोजा (Oil copaiya) ५ घूँद, तैल शीतल चीनी (Oil nibebe) ५ घूँद, तैल श्वेत चन्दन [Oil Sandal- of Mysore] ५ घूँद, की मात्रा १ से ३ मात्रा तक बताशा या मिश्री में मिलाकर दिन में दो तीन बार सेवन करो ।

३-बहरोजा (बैरोजा) का सत लेकर उसके बराबर भूने चने की दाल और उतना ही कतीरा गाँद मिलाकर पानी से चने के बराबर गोली बनालो । दोनों समय एक एक गोली दही के तोड़ (तोर) के साथ खाओ । साथ ही इन औषधियों की पिचकारी लो:-

पोस्त ४ रत्ती, कर्पूर ४ रत्ती, मुर्दा सह ६ रत्ती, कल्यां सफेद १२ रत्ती, नीला थोथा ४ रत्ती ।

४-शीतल चीनी [कबाब चीनी] एक तोला, शोरा तीन माशे, सत बैरोजा बारीक चूर्ण कर ३ माशा की मात्रा से दही में खाओ । दूध चाबुल को पथ्य करो । स्वप्नदोष के

स्वप्नदोष और सुजाक ।

साथ ही साथ सोजाक को भी एक सप्ताह के भीतर २ आराम करेगा ।

५-अफ्रीम २ चावल, कपूर [उड़ाया हुआ] १॥रत्ती शीतल चीनी चूरा ३ माशा, मिश्री ३ माशा, इस एक मात्रा को रात को सोते समय धारोष्ण दूध के साथ सेवन करो । प्रातः काल के समय ४ माशा मोचरस का चूरा बराबर की मिश्री मिलाकर धारोष्ण दूध से सेवन करो । इसी प्रकार इस औषधि के सेवन करने से सोजाक के रोगी का स्वप्नदोष १०-१२ दिन में नष्ट हो जाता है ।

६-ब्रो माइड आफ पोट सियम (Bromide of Potassium) चार रत्ती २॥ तोले पानी के साथ सेवन करना लाभदायक है ।

७-तालमखाना दो तोला, वंशलोचन दो तोला, शीतल चीनी ६ तोला, छोटी इलाइचीके बीज ४ तोला, मिश्री १० तोला. सब को कुट पीसकर साफ, सुथरी शीशी में भर कर रख लो । फिर क्रमशः प्रथम दिन गाय के धारोष्ण १ पाव दूध, दूसरे दिन २ पाव दूध, तीसरे दिन तीन पाव दूध के साथ सेवन करो । चौथे दिन से एक सेर दूध सेवन करना चाहिये ।

इसी तरह बादमें प्रतिदिन एक सेर दूध के साथ सेवन करो । कमसे कम २१ दिन सेवन करो । स्वप्नदोष के साथ ही साथ सोजाक को भी अपूर्व लाभ पहुंचायेगा ।



स्वप्नदोष और प्रमेह ।



स पुस्तक में यदि प्रमेह और मधुमेह के सम्बन्ध में कुछ न लिखा जाता तो यह एक प्रकारसे अपूर्ण रह जाती क्योंकि स्वप्नदोष और प्रमेहका घनिष्ठ सम्बन्ध है और यदि यह कह दिया जाय कि स्वप्नदोष प्रमेह की जननी है' तो कोई अतिशयोक्ति नहीं है ।

जिस मनुष्य को निरन्तर स्वप्नदोष होते रहते हैं उसके लिये कोई कारण नहीं रह जाता कि उसको प्रमेह न हो । १०० में से ६६ प्रति संकड़ा स्वप्नदोष के रोगियों को प्रमेह हो जाता है । चिरज्ञा ही कोई स्वप्नदोष का रोगी प्रमेह से बचता है । ऐसी अवस्था में प्रमेह पर कुछ न लिखना हमें न्यायोचित नहीं जान पड़ा इस लिये हम प्रमेह के भेद, लक्षण, कारण चिकित्सा आदि विस्तार से लिखते हैं ।

प्रमेह के लक्षण ।

जिस व्यक्ति को प्रमेह रोग होने वाला होता है पहले उस के दांत, फंठ, जीभ और तालू में मैल जमता है, हाथ पैरों में

जलन होती है, शरीर में चिकनाहट और मुँह में मिठास होती है प्यास बहुत लगती है। वाज आपस में जुट जाते हैं।

मूत्र की अधिकता और मैलापन यह प्रमेह का सामान्य लक्षण है।

कोष्ठ बद्धता, मंदाग्नि, अकचि, शरीर-कृशता आदि स्वप्नदोष के समान ही इसके भी लक्षण होते हैं। आयुर्वेद शास्त्र के मतानुसार प्रमेह के तीन विभाग किये जा सकते हैं। (१) वातज प्रमेह (२) पित्तज प्रमेह (३) कफज प्रमेह। इन तीनों के भी अलग २ भेद होते हैं। वातज प्रमेह चार प्रकार का होता है। पित्तज प्रमेह छः प्रकार का होता है। कफज प्रमेह १० प्रकार का होता है। वातज प्रमेहों के ये नाम हैं (१) वसा प्रमेह (२) मज्जा प्रमेह (३) क्षौद्र प्रमेह (४) हस्ति प्रमेह। पित्तज प्रमेहों के यह नाम हैं। (१) क्षार प्रमेह (२) नील प्रमेह (३) काल प्रमेह (४) हरिद्र प्रमेह (५) मर्जिष्ठ प्रमेह (६) रुम प्रमेह कफज प्रमेहों के नाम इस प्रकार हैं—(१) उदक प्रमेह (२) इक्षु प्रमेह (३) सान्द्र प्रमेह (४) मुरा प्रमेह (५) पिण्ड प्रमेह (६) शुक्र प्रमेह (७) सिकता प्रमेह (८) शीत प्रमेह (९) शनैर्मेह (१०) लाल प्रमेह।

अब हम इन तीनों प्रकार के प्रमेहों के लक्षण विस्तार पूर्वक करते हैं। सब से प्रथम एक २ वातज प्रमेह को लेगे उस के उपरान्त क्रमशः पित्तज और कफज प्रमेहों के लक्षण करेंगे।

स्वप्नदोष अथवा स्वप्नमेह ।

वातज प्रमेह ।

१ घसा प्रमेहः—इस प्रमेह के रोगी का मूत्र चर्बी के समान या चर्बी जैसा होता है ।

२ मज्जा प्रमेहः—इस प्रमेह में मूत्र मज्जा मिला या मज्जा जैसा होता है ।

३ क्षौद्र प्रमेहः—इस प्रमेह के रोगी के मूत्र का रंग शहद जैसा होता है, मीठा होता है, रुखा और कपंला होता है । इसके मूत्र पर आकर मक्खियां अथवा चींटियां बैठती हैं ।

हस्ति प्रमेहः—इस प्रमेह का रोगी मतवाले हाथी के समान या उसके मद् जैसा पेशाब बारम्बार, वेग रहित, तारदार और रुक २ कर करता है । कभी २ पेशाब रुक भी जाता है । हस्ति प्रमेही ठहर २ कर मूतता है पेशाब में तार से निकलते हैं और उसमें वेग नहीं होता । हस्ति प्रमेही को पेशाब के पहिले वेग नहीं होता, हाजत नहीं होती । वह हाथी की भांति अधिक मिकदार में मूतता है ।

पित्तज प्रमेह ।

१ क्षार प्रमेहः—इस रोगी का पेशाब गन्ध चर्मा, रस और स्पर्श में खारे जल के समान होता है ।

२ नील प्रमेहः—इस रोग के रोगी का पेशाब पण्डिया नामक पक्षी के रंग जैसा होता है अर्थात् नीला होता है ।

स्वप्न-दोष और प्रमेह।

३ काल प्रमेहः—पेशाब काले रंग का होता है। काली स्याही से मिलता जुलता होता है।

४ हरिद्र प्रमेहः इस प्रमेह के रोगी के पेशाब का रंग पीला होता है, स्वाद में कटु होता है, पेशाब करते वक्त जलन भी होती है। पेशाब का रंग हल्दीके गहरे रंग के समान होता है।

५ मांजिष्ट प्रमेहः इस प्रमेह के रोगी के पेशाब में बदबू आती है रंग मजीठ के काढ़े के समान और दुर्गन्धित होता है।

६ रक्त प्रमेहः इस प्रमेह के रोगी का पेशाब बदबूदार तथा गरम होता है। स्वाद में खारी र लगता है। उसका रंग खून जैसा लाल होता है।

कफ़ प्रमेह

(१) उश्क प्रमेहः—इस प्रमेहके रोगीका पेशाब अधिक सफेद, साफ, शीतल, गन्धहीन, पानी जैसा, थोड़ा गन्दा और चिकना होता है। रोगी को मूत्र करते समय मूत्र नलीमें ठण्डा र पानीसा जान पड़ता है।

(२) इक्षु प्रमेहः—पेशाब गन्नेके रस सरीखा और मीठा होता है। रङ्ग और स्वाद दोनों ईख के समान होते हैं। इस प्रमेह रोग के रोगी के पेशाब पर भी चींटियां लगती हैं, परन्तु यह मधुमेह की भांति असाध्य नहीं है।

स्वप्नदोष और प्रमेह ।

३ सान्द्र प्रमेहः—इस प्रमेह वाले रोगीका पेशाब यदि रात्रि के समय किसी वर्तनमें रख दिया जाय तो सुबह होने तक गाढ़ा २ हो जाता है। उस वर्तन के तले में कुछ तल छट भी जमता पाया गया है।

४ सुरा प्रमेहः—इस प्रमेह वाले रोगी का पेशाब ऊपर से सुरा या शराब की तरह साफ और नीचे से गाढ़ा होता है। यदि इस प्रमेह रोगीके पेशाबकी साधारण विधि से परीक्षा करनी हो तो वह इस प्रकार हो सकती है। एक साफ सुथरी बोतल लेकर उस में रोगी का पेशाब डालो। कुछ देर प्रतीक्षा करने पर मालूम होगा कि पेशाब नीचेसे गाढ़ा और ऊपर से पतलो है। उस का रंग कुछ २ मटियाला और ललाई लिए हुए है।

५ पिष्ट प्रमेहः—इस प्रमेह वाले रोगी का पेशाब पिसे हुए चावलों के पानी जैसा सफेद और अधिक होता है तथा पेशाब करते समय रोमाञ्च हो जाता है।

६ शुक्र प्रमेहः—इस प्रमेह वालेका पेशाब घोर्य जैसा होता है उस में कभी २ घीर्य मिला रहता है।

७ सिकता प्रमेहः—इस प्रमेह वाले रोगी के पेशाब में से बालू जैसे कड़े कण पदार्थ मिलते हैं। सिकता प्रमेह और शर्करा रोग की पहिचान में अकसर भूल हो जाती हैं। सिकता में मेह पेशाब के साथ सफेद रङ्ग की बालू आती है किन्तु शर्करा में

स्वप्नदोष अथवा स्वप्नमेह ।

लाल रङ्ग की बालू आती है । कभी २ सिकता प्रमेही को पेशाब करते समय दर्द भी होता है ।

८ शीत प्रमेहः—मूत्र बहुत ही शीतल, स्वाद में भीठा और मिकदार में ज्यादा होता है । इस प्रमेह वाला रोगी पेशाब करते समय शीत के कारण काँप उठता है और उसको रोमाञ्च हो जाता है । शीत प्रमेह का दूसरा नाम (लवण प्रमेह) भी है ।

९ शनैर्मेहः—इस प्रमेह वाले रोगी का पेशाब बहुत धीरे-२ और कम होता है । शनैर्मेहोको थोड़ा २ और बारम्बार पेशाब होता है परन्तु पेशाब करते समय किसी तरह की तकलीफ नहीं होती । लोग इसे भ्रमवश सोजाक समझ लेते हैं । यह बड़ी भूल है । सोजाक में पीड़ा होती है पर शनैर्मेह में पीड़ा नहीं होती ।

१० लाला प्रमेहः—इस रोगीका पेशाब मुख की लारके समान, लिबलिबा, चिकना, तार दार होता है ।

नोटः—सुश्रुत में लाला प्रमेह का जिक्र नहीं है । इस के स्थान में 'फेन प्रमेह' लिखा है । 'फेन प्रमेही, को पेड़ पर चोभ साँखा प्रतीत होता है और पेशाब फेना (भाग) के समान होता है । या पेशाब करने के बाद भाग जम जाते हैं ।

प्रमेहके कारण ।

भावप्रकाशमें लिखा हैः—

आस्मानसुखं स्वप्न या सुखं दधीनि ग्राम्योदकानूपरसाः पर्याप्ति ।

स्वप्नदोष और प्रमेह

नवीन पानं गुडं नैवृत्तं च प्रमेह हेतुः कफं कृच्छ सर्वम् ॥

अर्थात् - बैठे रहने को सुख, निद्रा का सुग्न, दही, ग्राम्य जीवों का मांस, जलचर जीवों का मांस, जलवाले देश के प्राणियों का मांस, दूध, नवीन अन्न, नवीन पान, गुड़ के विचार (राव आदि) और सम्पूर्ण वफवारी पदार्थ, ये सब प्रमेहके कारण हैं।

कफ—मूत्राशय में रहने वाली मेद (चर्बी) मांस को और शरीर के षलेद को दूषित करके प्रमेहको उत्पन्न करता है।

पित्त - उष्ण पदार्थों से बढ़ा हुआ पित्त भी सौम्य धातु कफ आदि का क्षय होने पर इनही मेद आदि पदार्थों को दूषित करके प्रमेहों को उत्पन्न करता है।

वात—कफ आदि सब धातुक्षीण होने पर वायु भी प्रमेह की उत्पादन करने वाली धातुओं को दूषित करके प्रमेहों को उत्पन्न करता है।

उपरोक्त कारणों से तथा स्वप्न दोषोक्त कारण, श्लेष्मण आहार विहार करना एवं स्वप्नदोष के आधिक्य आदि से धीर्य पानी समान पतला हो जाता है, स्तम्भन शक्ति नहीं रहती। मूत्र के साथ प्रथम और पश्चात् धीर्य जाने लगता है। इंद्रिय चेतनता होते ही दो चार बूंद धीर्य निकल जाने से शिथिलता होजाती है।

शारीरिक परिश्रम न करने से, रातदिन बैठे २ गहो, तकियों

स्वप्नदोष अथवा स्वप्नमेह ।

पर प्रातः करने से, रात दिन खूब सोने से, दूध दही का सेवन अधिक मात्रा में करने से, मछली कछुआ आदि का मांस खाने से, जलवर प्राणियों का मांस खाने से, ग्राम्य पशुओं का मांस खाने से, नये चावल तथा नया अन्न खाने से वर्षाकाल का नया जल पीने से, गुड़ एवं गुड़ के पदार्थ अधिक खाने से. स्वप्न में स्त्री मधुन करने से और कफ कारक पदार्थों के खाने से प्रमेह पैदा होता है ।



द्वन्तीसवां अध्याय ।

प्रमेह की साध्यता और असाध्यता ।

कफ से जो दस प्रकार के प्रमेह होते हैं वे साध्य हैं, पित्त से जो छः प्रकार के प्रमेह होते हैं वे याप्य हैं, वायु से जो चार प्रकार के प्रमेह होते हैं वे असाध्य हैं ।

कफ से उत्पन्न हुए प्रमेहों के साध्य होने का कारण यह है कि वे केवल मेद आदि धातु के दूषित होने से होते हैं और दूषण रूप एक क्रिया से ही नष्ट हो जाते हैं ।

पित्त से उत्पन्न हुए प्रमेहों के याप्य होने का कारण यह है कि वे कफ आदि सौम्य धातुओं के क्षय होने पर मेद आदि के दूषित होने से होते हैं और मधुर तथा रुक्ष आदि विषम क्रिया से नष्ट होते हैं ।

वायु से उत्पन्न हुए प्रमेहों के असाध्य होने का कारण यह है कि वे संपूर्ण धातुओं के क्षय होने से होते हैं और शरीर

आका क्षय करने वाले हैं। वातज प्रमेहों में सारे धातुएं क्षय होती हैं और इनको भी क्रिया या चिकित्सा विषम है इसी कारण से वातज प्रमेह असाध्य कहे जाते हैं। आयुर्वेद में लिखा है:—

जातः प्रमेहो मधुमेहिनोवात साध्यरोगः सहिरीजदोषात् ।

येचापिके विष्कुलजा वितारा भवन्ति जंघाति वदन्त्यसाध्यान्
सर्वस्व प्रमेहास्तु कालेना प्रति कारिणः ।

मधुमेहत्व मायान्ति ददाऽसाध्या भवन्ति च ॥

अर्थात्—जिसको जन्ममे ही प्रमेह हुआ होय, अथवा माता-पिता की परम्परा से जिसको प्रमेह हुआ हो वह असाध्य है क्योंकि यह प्रमेह वीर्य के दोष से ही उत्पन्न होता है अन्य भी जो कोई रोग कुल की परम्परा से प्राप्त हुआ होय वह भी असाध्य है ऐसा विद्वानों ने कहा है। अथवा सब प्रकार के प्रमेह जो अधिक काल तक चिकित्सा बिना रहे तो मधुमेह रूप हो जाते हैं ये भी असाध्य है।

प्रमेह के उपद्रव ।

प्रमेह हो जाने पर धीरे २ अनेक प्रकार के उपद्रव भी हो जाते हैं। भाव प्रकाश में तीनों दोषों के उपद्रवों का इस प्रकार वर्णन है ।

कफज प्रमेह के उपद्रव ।

अविपाकोऽरुचिश्छर्दिर्निद्रा कासः सपोनसः ।

उपद्रवाः प्रजायन्ते मेहानां कफ जन्मनाम् ॥

प्र मेह की साध्यता और असाध्यता ।

अर्थात् यदि कफसे प्रमेह हुआ होय तो खाये हुए अन्न का नहीं पचना, अरुचि, घमन, निद्रा, खांसी और पीनस ये उपद्रव होते हैं ।

पित्तज प्रमेह के उपद्रव ।

वस्ति मेहनयोस्तोदो मुक्कावदाणं ज्वरः ।

दाहस्वणाम्जको मूर्छा विड्भेदः पित्तजन्माम् ॥

अर्थात्—यदि पित्त से प्रमेह हुआ होय तो सूत्राशय तथा लिङ्ग में शूल, अण्डकोपो का फटना, ज्वर दाह, तृष्णा खट्टी-डकारों का आना मूर्छा और पतले दस्त का होना ये उपद्रव होते हैं ।

वातज प्रमेह के उपद्रव ।

वातं जाना मुदावर्तकम्प हतग्रह लोलताः ।

शूल मुन्निडता शोषः श्वासः कासश्च जायते ॥

यदि वायु से प्रमेह हुआ होय तो उदावर्त, कंप, हृदय का रुकना, चपलता, शूल निद्रा से रहित पना, शोष, श्वास, और खांसी ये उपद्रव होते हैं ।

प्रमेह में लाभपूर्व औषधियां ।

अब हम अलग २ हरेक प्रमेह के लिये औषधियां लिखते हैं जो साधारणतः उनमें दामदायक हैं ।

स्वप्नदोष अथवा स्वप्नमेह ।

कफज प्रमेह ।

१ उदक प्रमेह—नीम की अन्तर छाल काढ़ा शहद मिलाकर ४० दिन तक पीना चाहिये लाभ होगा ।

२ इक्षु प्रमेह—अरुनीका का काढ़ा पीना हितकारी है ।

३ सान्द्र प्रमेह—सातला की जड़का काढ़ा बनाकर पीना लाभदायक है ।

४ सुरा प्रमेह—इसमें भी उदक प्रमेह की भांति नीमकी अन्तर छाल का काढ़ा शहद मिलाकर पीना चाहिये ।

५—पिष्ट प्रमेह—हल्दी और दारु हल्दी का काढ़ा बनाकर पीना चाहिये ।

६—शुक प्रमेह—इस प्रमेह वाले रोगी को दूध की जड़ शैवाल और करञ्ज की गिरी का काढ़ा बनाकर पीना हितकारी है ।

७—सिकता प्रमेह—चित्रक (चीता) की जड़ की छाल का काढ़ा पीना लाभदायक है ।

८—शीत प्रमेह—पाढ़ी और अगर का काढ़ा बनाकर पीना चाहिये ।

९—शनै मेह—इस प्रमेह के रोगी को खैर के पेड़ की छाल का काढ़ा पीना हितकर है ।

१० लाला प्रमेह—त्रिफला (हड़, बहेड़ा, आंवला) का काढ़ा बनाकर पीना लाभदायक है ।

प्रमेह की साध्यता और असाध्यता ।

पित्तज प्रमेह

१ क्षार प्रमेह—रात्रि के समय त्रिफला भिगोकर प्रातःकाल मसल छानकर पीना हितकारी है ।

२ नील प्रमेह—इस प्रमेह के रोगी को चाहिए कि पीपल के पेड़ की छाल को कुट पीसकर रख ले रात को जल में भिगोदे प्रातःकाल मसल छानकर पीले, अथवा पीपल की छाल का काढ़ा बनाकर पिया करे ।

३ काल प्रमेह—इस प्रमेह में नीम की अन्तर छाल ग्रामले, गिलोय, और परवल के पत्तों का काढ़ा बनाकर पीना लाभदायक है ।

४ हरिद्रप्रमेह—इस प्रमेह के रोगी को लोध सुगन्ध वाला, सफेद चन्दन और धाय के फूलों का काढ़ा बनाकर पीना चाहिए या इन सबको रात्रि के समय जल में भिगोकर प्रातःकाल मसल-छानकर पीलेना चाहिये । दोनों दाते लाभदायक सिद्ध होंगी ।

५ मांजिष्ट प्रमेह—इस प्रमेह में नीम की छाल, अर्जुन वृक्ष की छाल और कमल गट्टे की गिरी का काढ़ा बनाकर पीना हितकारी है ।

नोटः—कमल गट्टे की गिरी को हरी पत्ती निकाल लेनी चाहिये ।

६ रक्त प्रमेह—इस प्रमेह के रोगी को लाल कमल के फूल, नीले कमल के फूल, त्रियंगु, ढाक के फूल इन चारों औषधियों का काढ़ा बनाकर मिश्री मिलाकर पीना चाहिये अवश्य लाभ होगा ।

स्वप्नदोष अथवा स्वप्न मेह ।

तृतीयः अध्यायः ।

मधुमेह



स्वप्न-दोष निरन्तर होते रहने पर प्रमेह हो जाने हैं । प्रमेह की उपेक्षा करने पर ध्यान न देने पर मधुमेह हो जाता है । प्रथम तो प्रत्येक व्यक्ति को जब स्वप्न-दोष होने लगे तभी से अपने इलाज की चिन्ता करनी चाहिए, किन्तु जो लोग प्रमेह हो जाने पर भी अपनी चिकित्सा नहीं करते तब उन्हें चाहे किसी प्रकार का प्रमेह हो मधुमेह के रूप में परिणत हो जावेगा । मधुमेह की चिकित्सा असाध्य है ।

वैद्यक शास्त्र में लिखा है—

मधुमेहो मधुनिभो जायते सकलद्विधा ।

कुक्षे धातुक्षयाद्वायौ दोषावृत पयेऽचवा ॥

आवृतो दोषलिङ्गा निसोऽनिमित्तं प्रदर्शयन् ।

क्षीणः क्षीणात्क्षणात्पूर्यो भजते कृच्छ्रं साध्यताम् ॥

अर्थात्—मधुमेह दो प्रकार का होता है एक तो, धातुओं के क्षय होने से वायु का प्रकोप होने पर दूसरा दोषों द्वारा वायु का

मार्ग रुक जाने पर । दोष से वायु का मार्ग रुक जाने पर वह वायु अकस्मात् दोषों के चिन्तों को दिखाती है और तैसे ही क्षणमात्र में मूत्राशय को खाली कर डालती है तथा क्षण भर में ही भर भी देती है इसीलिये मधुमेह कष्ट साध्य कहा गया है ।

सभी प्रकार के प्रमेहों की बहुत दिन तक चिकित्सा न होनेसे मधुमेह रोग हो जाता है। इस रोग में मूत्र मधु की भांति गाढ़ा, त्रिबलिश, मोठा और पिङ्गल वर्ण का होता है। मधुमेही का मुंह भी स्वाद में मीठा रहता है। मधुमेह में जिस २ दोष को अधिकता रहनी है उसी २ दोष के लक्षण दिखाई दे जाते हैं।

चरक में मधुमेह का कारण इस प्रकार लिखा है—

गुरुस्निग्धान्मल लवण भजतांमऽति मात्रशः ।

नवमन्नं च पानं च निद्रा मास्या सुखानि च ॥

त्यक्त व्यायाम चिन्तानां संशोधनम कुर्वताम् ।

श्लेष्मा पित्तं च मेदं च मांसं चाति प्रवर्धते ॥

तौरावृत प्रसादञ्च गृहीत्वा याति मारुतः ।

यदावस्ति तदा कृच्छ्रो मधुमेहः प्रवर्त्तते ॥

अर्थात्—भारी, चिकना, खट्टा और खारी पदार्थ

का अत्यधिक सेवन करने से, बहुत अधिक सोने से, एक स्थान पर सुबुद्ध पूर्वक बैठे रहने से, मेहनतन करने से, अत्यधिक चिन्ता करने से और किसी तरह शरीर का शोधन न करनेसे शरीर

स्वप्नदोष अथवा स्वप्नमेह ।

में कफ, पित्त, मेद, और मांस बहुत बढ़ते हैं। उन से घिरा हुआ वायु प्रसाद को ग्रहण कर मसाना (वस्ति) की ओर जाता है, तब कठिनतासे आराम होने वाला मधुमेह हो जाता है।

मधुमेह वाले रोगी को चलने से बैठना बैठनेसे लेटना और लेटने से सोना अच्छा लगता है। मधुमेह शब्द का कारण बताते हुए भाव मिश्र लिखते हैं:-

मधुरं यच्च मधुं प्रायो मध्व मेहति ।

सर्वेऽपि मधुमेहाख्यामाधुय्याच्च तनोरतः ॥

अर्थात्—अधिक कर के सब प्रमेहों में मनुष्य मीठा और मधु के सदृश पेशाब करता है और शरीर में मधुरता होती है इसलिए सब प्रमेहों को मधुमेह नामसे पुकारते हैं।

अधिक शीत या सर्दी से, शराब पीनेसे, शक्कर (बूरा, गुड़ राख आदि सब मीठे पदार्थ इस में सम्मिलित हैं) के घने पदार्थों के उचित से अधिक सेवन करने एवं मस्तिष्क के रोगों के कारण, स्वप्नदोषोक्त और प्रमेहोक्त कारणों से, मधुमेह की भयङ्कर व्याधि हो जाती है। आधुनिक चिकित्सकों ने बड़ी खोज करने पर पता लगाया है कि कलेजे का काम ठीक रूपसे न होने पर यह रोग हो जाता है। इस कारण से शक्कर रक्त में मिल कर, मूत्र मार्ग से बाहर निकलती है। जो लोग अधिकतर कुर्सी, गद्दे, तकियों पर पड़े रहते हैं आनन्द का जीवन व्यतीत करते हैं,

मधुमेह ।

शारीरिक परिश्रम नाममात्र को भी नहीं करते, घी, दूध, दही, चीनी, मिष्ठान और भात अधिक खाते हैं उन्हें यह रोग हो जाता है। पेशाब अधिक आने लगता है और उसमें शक्कर आने लगती है।

हमारे रक्त में इस शक्कर का एक भाग सदा रहता है। जब यह शक्कर उन्नत प्रमाण में होती है तब वह मूत्र के साथ नहीं निकलती, किन्तु जब शक्कर या शक्कर के धर्म वाले पदार्थ अधिक खाये जाते हैं, अथवा मस्तिष्क में कोई रोग होता है तो पेशाबमें शक्कर आने लगती है।

कुछ लोगों को आरम्भ में इस रोग का ज्ञान नहीं होता, कितने ही को इसके चिन्ह शीघ्र ही मालूम हो जाते हैं। शरीर शीघ्र ही अशक्त या बेकाम हो जाता है। मूत्र बार बार और अधिक मात्रा में आता है। २४ घण्टेमें १० से ३० सेर तक पेशाब होता है। उस मूत्रमें आधी छटांकसे एक सेर तक शक्कर निकल जाती है। प्यास लगने के कारण जल अधिक पिया जाता है। पेशाब में कभी जलन भी होती है और पीप भी मूत्र के वर्ण का पानी जैसा होता है, किन्तु इस का स्वाद मीठा और गन्ध भी मीठी मीठी होती है।

मधुमेह की परीक्षा इस भांति भी हो सकती है। मधुमेह के रोगी का मूत्र एक कांच की नलीमें डाल लो और उसमें उस

स्वप्नदोष अथवा स्वप्नमेह ।

मूत्रसे घ्राघा लाइकरका पोटासर (Likarka Potas) डाल दो और दोनों को हिलाकर स्पिरिट-लैम्प (Spirit Lamp) या साधारण दीपक पर रख कर गरम करो। यदि मूत्रमें शक्कर होगी, तो पेशाब का रंग धट्ट भूरा या पोर्ट वाइनर (Port wainar) के रंग के जैसा हो जायगा। अगर एक औंस मूत्र में १० से २० ग्रेन तक शक्कर जाती हो, तो रोगको असाध्य समझो। इससे कम जाती हो तो शीघ्र हो किसी अनुभवो चिकित्सक का इलाज करो।

इस की सामान्य परीक्षा इस प्रकार भी हो सकती है कि यदि रोगी के पेशाब को कुछ देर तक रक्खा रहने दिया जाय तो उसमें भाग से उठते प्रतीत होंगे और उस के ऊपर ब्रीवजन्तु भी चढ़ते दिखायी देंगे। मुंह जीभ और गले सूख जाते हैं। प्यास की भांति भूख भी अधिक लगनी है, कभी २ अर्धवि भी होती है। जोभ पर मैल जमा रहता है। दांतों के मूल भाग शिथिल हो जाते हैं उनसे रक्त भी निकलता है। और दांत गिर जाते हैं, थूक में शक्कर रहती है मुंह मीठा रहता है, अजीर्ण रहता है, त्वचा फटी सी सूखी सी रहती है, चिन्ता घेरे रहती है, स्वभाव चिड़ चिड़ा होजाता है, कमजोरी बढ़ जाती है पुरुषत्व नष्ट हो जाता है। रोग के बढ़ जाने पर शरीर सुखकर कांटा हो जाता है, सूदम उबर सदा बना रहता है, नोंद नहीं

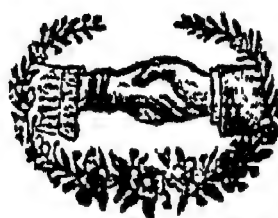
आती नाड़ी की गति भी मन्द पड़ जाती है। रक्त रोग, मोतिया बिन्द (नेत्रों का रोग) सृजन प्रभृति रोग हो जाते हैं। चरक-संहिता में लिखा है :-

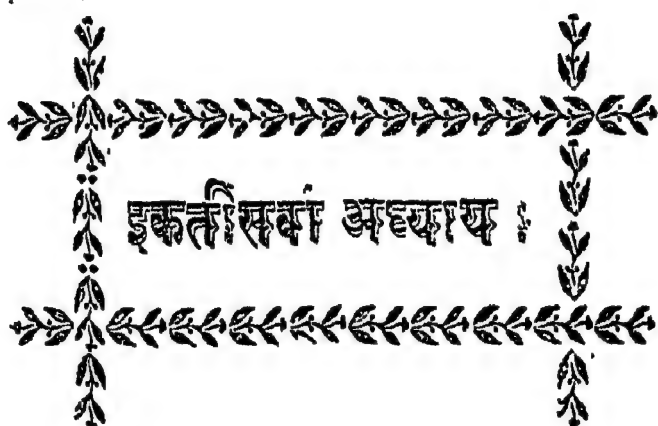
समास्तस्यपित्तस्य कफस्य च मुहुर्मुहुः ।

दर्शयत्याकृति कृत्वाक्षय माप्याच्येतपुनः ॥

अर्थात्—बढ़ मधुमेह पहिले वात पित्त और कफ के लक्षणों को धारण कर दिखाता है फिर क्षयको उत्पन्न कर देता है ।

मधुमेह की एक दूसरी किस्म “डायबिटीज”(Diabetes) इन्सीपीडस है। उसमें भी पेशाब बहुत होता है किन्तु उस में शर्करा नहीं जाती। उस मधुमेह के लक्षण ‘मूत्रातिसार’ अथवा उदक प्रमेह से मिलते हैं।





प्रमेह की उपेक्षा से हानि ।

यों तो संसार में प्रत्येक रोग की उपेक्षा करने से उस के घट जाने पर हानि होती है किन्तु प्रमेह रोग में सबसे अधिक हानि होती है इसका कारण यह है कि इस रोग की चिकित्सा शीघ्र ही न करने से यह मधुमेह के रूप में परिणित हो जाता है और मधुमेही को हम पहिले बता चुके हैं कि नेत्र रोग, त्वचा के रोग, ज्वर और क्षय आदि महा भयानक रोग हो जाते हैं जो कि रोगी का प्राणान्त करके ही समाप्त होते हैं ।

प्रमेहों की उपेक्षा करने से शरीर की सन्धियों में, मर्म स्थानों में और अधिक मांस वाले प्रदेशों में दश प्रकार की पिडिकाएँ (फुन्सियाँ) हो जाती हैं । उनके नाम क्रम से इस प्रकार हैं । (१) श्मोविका (२) कच्छपिका (३) जालिनी (४) विनता (५) अलजी (६) मसूरिका (७) सर्पपिका (८) पुत्रिणी (९) विदारिका (१०) विद्रधि ।

पिड़िकाओं के लक्षण ।

जो प्रमेह जिस दोष से होता है, उसको पिड़िका (फुन्सी) भी उसी दोषवाली होती है । ऊपर बतायी हुई प्रत्येक पिड़िका के लक्षण अलग २ लिखते हैं—

(१) शरायिका—जो पिड़िका (फुन्सी) अन्त में ऊँची, मध्यमें नीची, और मट्टीके सकोरे [साइया] के सदृश हो उसे “शरायिका” कहते हैं ।

(२) कच्छपिका—जो फुन्सी कछुए की पीठ के जैसी हो और जिसमें जलन होती हो उसे ‘कच्छपिका’ कहते हैं ।

(३) जालिनी—जो पिड़िका [फुन्सी] तीव्र दाहवाली और सूक्ष्म २ नामों के जाल से लिपटी हुई हो उसको ‘जालिनी’ कहते हैं ।

(४) विनता—जो फुन्सी बड़ी मोटी, नोले रंग की हो तथा पेड़ या पीठ में उत्पन्न हुई हो उसे “विनता” कहते हैं ।

(५) अलजी—जो पिड़िका लाल तथा काली और अन्य फुन्सियों से व्याप्त हो उसे अलजी कहते हैं—अलजी और पुत्रिणी दोनों ही पिड़िकायें अन्य फुन्सियों से व्याप्त होती हैं, किन्तु अन्य कई बातोंमें फर्क होता है ।

(६) मसूरिका—इस का परिचय इसके नाम ही से प्राप्त हो जाता है । जो फुन्सी मसूर की दाल के समान बड़ी होती है उसे “मसूरिका” कहते हैं ।

स्वप्नदोष अथवा स्वप्नमेह ।

(७) सर्पिका—जो पिड़िका सरसों के आकार वाली और उतनी ही बड़ी हो वह “सर्पिका” कह जाती है । इस का परिचय भी इसके नाम से ही प्राप्त हो जाता है ।

(८) पुत्रिणी—जो फुन्सी आकार में बड़ी हो, और जिस के इर्द-गिर्द सूक्ष्म छोटी फुन्सियां हों या जो महीन-महीन फुन्सियों से घिरी हों उसे पुत्रिणी कहते हैं ।

(९) विदारिका—जो पिड़िका [फुन्सी] विदारी कन्द के समान गोल और कठोर हो, उसे “विदारिका” कहते हैं ।

(१०) विद्रधिका—जो पिड़िका (फुन्सी) विद्रधिके लक्षणों से युक्त हो उसे “विद्रधिका” कहते हैं ।

जिस मनुष्य की मेदा दूषित हो, उस के बिना प्रमेह भी पिड़िका होती है, जब तक इन पिड़िकाओं ने अपने अपने स्थान को भलीभाँति पकड़ान हो तब तक ये पिड़िका (फुन्सी) नहीं दीखती है ।

पिड़िकाओं के उपद्रव ।

आयुर्वेदमें लिखा है:—

तृद्ध्यक्ष मांस सङ्कोच मेहद्विकामदज्वराः ।

विसर्प मम संरोधः पिड़िका नामुपद्रवाः ॥

अर्थात्—तृषा (प्यास), श्वास, मांसका संकोच मोह (बे-होशी) हिचकी, मद, ज्वर, विसर्प और मम स्थानों का अबरोध ये पिड़िकाओं [फुन्सियों] के उपद्रव हैं ।

‘पिड़िकाओं’ को असाध्यता ।

फुन्सियों की असाध्यता के सम्बन्धमें लिखा है:—

गुदे हृदि शिरस्यसे पृष्ठे मर्मसुचोत्थिताः ।

सोपद्रवा दुर्वलाग्नेः पिडिकाः परिवर्जयेत् ॥

अर्थात्—गुदा, हृदय, शिर, कंधा, पीठ इनके मर्मस्थानों में उत्पन्न हुई उपद्रव-सहित और मन्दाम्नि वाले के हुई पिड़िकाओं की चिकित्सा नहीं करे, क्योंकि यह कष्ट साध्य होता है ।

इन पिड़िकाओं की चिकित्सा प्राचीन आयुर्वेद ग्रन्थों में इस प्रकार लिखी है यदि रोगीको पिड़िका हो जाय तो वैद्य को सब से पहले जोंक लगवा कर वहांका खराब खून निकलवा देना चाहिये । इसके उपान्त गाय या बकरीके मूत्रसे उन्हें दिन में दो बार धुलवाना चाहिये । जब धो चुके तो उनपर कोई दवाई लगानी चाहिए । पिड़िका नाश करने के लिए गूलर के दूध का लेप या सोमराजी के बीजों का लेप अथवा बबूलकी ताजी पत्ता, छोटी इलायची और कत्थेका चूर्ण एकत्र करके बुरफना चाहिये । इससे लाभ होगा । पिड़िका हो जाने पर, खाने की औषधि में मकरध्वज प्रभृति सबसे अच्छे हैं । पिड़िकाओं की उपेक्षा नहीं करनी चाहिये ।

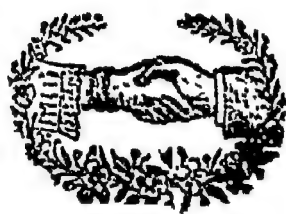
बङ्गलेन में लिखा है:—

पिड़िका (फुन्सी) में पहले खून निकलवा देना चाहिये । अगर पक गई हो तो नश्वर लगा देना चाहिये । बाद में बकरी के

स्वप्नदोष अथवा स्वप्नवेह ।

दुब, वरुणियों के कढ़े या अन्य तीव्र पदार्थों से पिड़ितियों को साफ काले एला (इलायचो) आदि पदार्थों के कल से बना तेल छानना चाहिए, त्रिपुने घाव भर जाय । अमरुतास आदि के कढ़े से उद्धर्तन करन सातसार आदि के कषाय से सौंवना चाहिए । एवं चने प्रभृति का भोजन करना चाहिए ।

हमने कई रोगियों को क्यूटिफ्यूरा साबुन अथवा क्यूटिफ्यूरा मजहम दिया है जिस से लाभ हुआ है । पीड़ितियों के अतिरिक्त उन के चिह्न (निगान) भी मिट गये हैं और त्वचा साफ सुथरी हो गई । इस साबुन और मजहमको पाठकगण भी परीक्षा कर देखें । एक दो महीने के इस्तेमाल से अवश्य फायदा होगा ।



चत्तीसवां अध्याय ।

प्रमेह चिकित्सा ।



फ-दोष चिकित्सा प्रकरण में बतायी गई विधि से हव से प्रथम कोष्ठ और वरित (मसाना) को शुद्ध कर लेना चाहिये, उसके उपरान्त वीर्य शुद्धि कर प्रयोग द्वारा वीर्य शुद्धि कर लेना चाहिये। वीर्य शुद्धि के लिये हमने पहिले भी कई प्रयोग बताये हैं। अब फिर एक प्रयोग लिखते हैं।

त्रिफला (हरड़, धर्हेड़ा, आंवला) १ तोला ६ माशा हल्दी ६ माशा, दारु हल्दी ६ माशा, कूट पीस कर रात को मिट्टी के बर्तन में भिगो कर ओस में रख दो प्रातःकाल मसल छान कर दो तोले शहद मिला कर पी जाओ। इससे सड़ा हुआ दुर्बन्ध युक्त, गांठदार वीर्य भी शुद्ध होकर निर्मल हो जायगा।

जब इस प्रकार क्रम से कोठा (कोष्ठ) वरित (मसाना) शुद्ध हो जाय तो जिन कारणों से प्रमेह हुआ ही उनका परि त्याग करके औषधि सेवन करे। चरक संहिता में लिखा है—

यैर्हेतु भिर्यो प्रभवति मेहरतेषु प्रमेहेषुनते निषेत्याः ।
हेतोरेसयाविहिता यथैव जातस्य रोगस्य भवे चिकित्सा ॥

स्वप्नदोष अथवा स्वप्नमेह ।

अर्थात्—जिन कारणों से जो २ प्रमेह उत्पन्न हुये हों उनमें उन्हीं २ कारणों को सर्व प्रथम त्यागना चाहिये क्योंकि हेतु का परित्याग करना ही एक प्रकार की रोग की चिकित्सा है ।

हेतुओं (कारणों) का परित्याग करके शरीर और धीरे-धीरे शुद्धि करके मन में आराम होने का विश्वास रख इन औषधियों में से जो उचित समझो सेवन करो । ये सब ही अनुभूत और परीक्षित हैं । यदि रोग का निर्णय ठीक होगा प्रकृति और समय (ऋतु) के अनुसार योग चुना गया होगा तो कोई कारण नहीं कि लाभदायक सिद्ध न हो ।

१—कीकर की सूखी फली, अजुन की छाल, देवदार, कायफल २-२ तोल, लोध १ तोला सबका चूर्ण करके ४-४ माशे की मात्रा में तुल्य खांड मिला शीतल जल के साथ प्रातः सायं सेवन करना लाभप्रद है ।

२—पेंधा नमक, काली मिर्च और घीबवार का गूदा, इन्हें मिलाकर चाटने से सब प्रकार के प्रमेह अवश्य नष्ट होते हैं ।

३—कीकर की कोमल २ पत्तियां १-१ तोले पानी में घोट कर सेवन करने से शुरु मेह नष्ट होता है ।

४—शुद्ध आमलासार गन्धक का ८ माशे चूर्ण नित्य सेवन करने से प्रमेह नष्ट हो जायगा ।

५—त्रिफला चूर्ण डेढ़ सेर २॥ माशे तक प्रोक्ष्य ऋतु में शर्बत नीलोफेर तथा शीतकाल शहद के साथ चाटना लाभदायक है ।

६-तुलसी के पत्तों के साथ बड़ भस्म खाने से सब प्रकार के प्रमेह नाश हो जाते हैं ।

७-दूध में ताल मखाने मिलाकर खाने से सब तरह के प्रमेह नाश हो जाते हैं ।

८-मधु, पीपल और शिलाजीत में १ रत्ती अम्रक भस्म मिला कर खाने से घीसों प्रकार के प्रमेह शान्त होते हैं ।

९-त्रिफला और गोखरू के चूर्ण को मधु अथवा घी में मिला कर चाटने से घात प्रमेह नष्ट हो जाता है । कम से कम ६१ दिन सेवन करना चाहिये ।

१०-अम्रक भस्म १ या दो रत्ती गिलोय और मिश्री के ६ माशे चूर्ण में मिलाकर खाने और ऊपर से दूध पीने से प्रमेह नष्ट हो जाते हैं ।

११ गिलोयका अर्क निकाल कर तुल्य मधु मिला कर पीने से प्रमेह समूल नष्ट होगा ।

१२ पाव भर पानी में नीमका २ तोला गूदा पका कर एक छटांक रहने पर शहद मिला पीने से प्रमेह नाश होगा ।

१३ प्रमेह नाशक चूर्ण-गोखरू ४ तो०, शतावरी ४ तो०, अम्रक भस्म २ तो०, लोह भस्म २ तो० सब का चूर्ण बना ४ रत्ती ले दूध के साथ सेवन करने से अपूर्व लाभ होगा ।

१४ छोटी दूधी को छाया में सुखा कर, उस में बराबर-

स्वप्नदोष अथवा स्वप्नमेह ।

की मिश्री मिला दो । एक तोला ले कर पाव भर गाय के दूध से सेवन करो प्रमेह नष्ट हो जायगा ।

१५ प्रमेह नाशक गोलिएं—बड़दका आटा १ तो०, गाजर के बीज १ तोला, बड़ भस्म ६ मा०, तब औषधियों को खरल करके शहद में १-१ मासे की गोली बनाओ । भोजन से दो घण्टे पूर्व गाय के दूध से सेवन करो ।

१६ पापाणभेद, पीपल, शिलाजीत, इलायची सब को बराबर २ ले कर चूर्ण कर लो ६ मांसे चावल भिगोये पानी के साथ सेवन करने से सब प्रकार के प्रमेह नष्ट हो जाते हैं ।

१७ मुलैठी १॥ तो०, गुलनार ३ तो०, काहू के बीज ४॥ तो० और सम्हालू के बीज ५ तोला लेकर पीस कूट कर छान लो । इस में ६ या ६ मांसे चूर्ण प्रातःकाल के समय भोजन से पूर्व जल के साथ सेवन करना चाहिए । २१ दिनमें लाभ होगा ।

१८ शुद्ध शिलाजीत, सतगिलोय, तालमखाना, छोटी इलायची के दाने, पापाण भेद, मुलईठी, वंशलोचन, बड़ भस्म प्रत्येक १-१ तोला ले कर चूर्ण बना लो । बराबरकी मिश्री मिला कर रख लो । ६ या ६ मांसे दोनों समय गायके १॥ पाव धारोणः दूध के साथ सेवन करो अपूर्व लाभ होगा ।



तैत्तिरीय अष्टाध्याय ।

अन्तिम निवेदन ।



ठकवृन्द ! आपने "स्वप्न-दोष" को आद्योपान्त पढ़ा । पुस्तक स्वप्न-दोष के रोगियों के लिए लाभदायक है या नहीं इसका निर्णय हम स्वयं न कर आपके ऊपर ही छोड़ देते हैं । हमने इस रोगके प्रत्येक अंश पर पूर्णरूपसे प्रकाश डाला है यदि आपने इसे ध्यान पूर्वक पढ़ा है और इसमें बतायी गयी बातों पर दृढ़ता पूर्वक अमल करने का निश्चय किया है तो कोई कारण आप के रोग दूर हो जानेका नहीं रहेगा ।

एक बात हम पहिले भी लिख आये हैं और फिर आप के लामार्थ दो बारा लिख देते हैं कि यदि आपको स्वप्न-दोष होता है तो कभी भी निराश होने की आवश्यकता नहीं है । इसके विचार को मस्तिष्क में भी कभी स्थान न दीजिए । इसका अर्थ यह नहीं है कि स्वप्न-दोष होते हुए भी आप उसकी उपेक्षा करें; औषधि उपचार कुछ न करें ।

स्वप्नदोष अथवा स्वप्न मेह ।

हमारे कहने का तात्पर्य यह है कि यदि आप स्वप्न-दोष अथवा प्रमेह आदि किसी वीर्य सम्बन्धी बीमारी से ग्रसित हैं तो हमारे बताये अनुसार उससे बचने का पूर्ण प्रयत्न करें । अपनी दिन चर्या, खानपान, रहन सड़न, गत अभ्यासों में लिखे अनुसार रखें शरीर संशोधन करके पीछे बताई गई विधि अनुसार औषधि सेवन करें जिससे अपनी बीमारी के विचार बिल्कुल निकाल दें ।

हमने इस पुस्तक में जितनी औषधियाँ लिखी हैं वह सभी लगभग अनुभूत और मुजरिब हैं उनको बनाकर सेवन करने से अवश्य लाभ होगा ।

यदि आप इन औषधियों के बनाने के पत्रों में नहीं पढ़ना चाहते और थोड़ा बनाई औषधि हो सेवन करना चाहते हैं तो हमारी एक मात्र विश्वस्त आयुर्वेदिक औषधियों को नवीन विज्ञानानुसार तथा प्राचीन आयुर्वेद शास्त्र मतानुसार तय्यार करने वाली 'जीवन-ज्योति आयुर्वेदिक फ़ार्मासी' से पत्र व्यवहार करें । अपने रोग का विस्तार पूर्वक वर्णन करें । हम आपका पत्र प्राप्त होने पर आपकी प्रकृति, आयु तथा रोग के अनुसार औषधि की व्यवस्था कर देंगे । झूठे विज्ञापन बाजों के चक्कर में भ्रूलकर भी न पड़ें । क्योंकि उनके चक्कर में पड़ने के उपरान्त अपने शरीर से और धन से दोनों से हाथ धोना पड़ता है । आशा है समझदार पाठक हमारे सँकेत को समझ गये होंगे ।

अन्तिम निवेदन ।

देश के भयानक पतन तथा घटती हुई नपुंसकता को दृष्टिगत रख हमें यह पुस्तक बड़ी जल्दी में छपवानी पड़ी है। इस जल्दी के कारण यद्यपि हमने इसमें सभी आवश्यक बातों को समावेश कर दिया है तथापि कई बातों को जिन्हें हम विस्तार पूर्वक लिखना चाहते थे नहीं लिख सके। पुस्तक के छपते २ हमारे पास इसकी जितनी मांग आई है उनसे आशा है कि इसका द्वितीय संस्करण भी शीघ्र ही प्रकाशित करना पड़ेगा ।

अन्तमें जगत-नियन्ता भगवान से आपके कल्याण के लिए प्रार्थना करते हुए हम पुस्तक की इतिथी करते हैं। परन्तु आप का और हमारा यह वियोग अधिक समय तक नहीं रहेगा क्योंकि "स्वास्थ्य-रक्षा के सन्धियम" छप रहे हैं।



यदि आप ?

जीवन-पद !

शिक्षा-पद !!

मनोरञ्जक !!!

एवं

उपयोगी साहित्य

से प्रेम रखते हैं और ऐसे साहित्य के प्रचार के इच्छुक हैं तो तुरन्त "जीवन-ज्योति साहित्य माला" के स्थायी ग्राहक बनिये । प्रवेश शुल्क आठ आना ।

—व्यवस्थापक

जीवनज्योति साहित्य सदन

दिल्ली ।

जीवन-ज्योति साहित्य माला के स्थायी ग्राहकों के नियम

(१) हमारे यहां अन्य पुस्तक प्रकाशकों को भांति कई 'मालाओं' के नाम घड़कर उनकी अलग २ फीस नहीं ली जाती हम इस प्रकार ग्राहकों को फट्ट नहीं पहुंचाना चाहते ।

(२) हमारी स्थायी ग्राहक सूची में नाम लिखाने वाले सज्जनों को प्रवेश शुल्क के आठ आने एक ही बार पेशगी भेजने पड़ते हैं ।

(३) स्थायी ग्राहकों को 'सदन' द्वारा प्रकाशित सभी प्रकार की पुस्तकें पौने मूल्य पर मिलती हैं ।

(४) प्रत्येक ग्राहक 'सदन' द्वारा प्रकाशित पुस्तकों की प्रतियां अपनी इच्छानुसार एकसे अधिक हर समय मंगा सकते हैं ।

(५) नवीन पुस्तक के प्रकाशित होने पर सूचना दी जायगी, १५ दिन तक पत्रोत्तर की प्रतीक्षा करके बी० पी० लेना स्वीकार समझ कर पुस्तक बी० पी० द्वारा भेज दी जायगी ।

(६) स्थायी ग्राहक महाशय यदि अपने इष्ट, मित्रों, सगे सम्बन्धियों के लिए प्रकाशित पुस्तकें की ५-६ प्रतियां एक साथ मंगायेगे तो उन्हें डोक व्यय कम पड़ेगा और सब लाभ उठा सकेंगे ।

को सभी पुस्तकें लेना

आवश्यक

ना ६०

निर्भर है।

(८) वि. कारण के बिना, यदि किसी पुस्तक की वी० पी० वापिस आती है तो उसका डाक खर्च आदि ग्राहक को देना पड़ता है। वी० पी० वापिस करने वाले का नाम ग्राहक श्रेणी से पृथक् कर उसका शुल्क जम्मा कर लिया जाता है।

(९) प्रवेश शुल्क एक वर्ष उपरान्त यदि सदस्य न रहना चाहे तो (भेजने का व्यय काट कर) वापिस भी कर दिया जाता है।

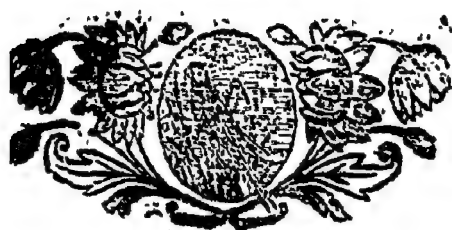
(१०) स्थायी ग्राहक पुस्तकों की चाहे जितनी प्रतियां २ जितनी बार पौने कीमत में मंगा सकते हैं।

व्यवस्थावक-

जीवन-ज्योति साहित्य सदन

२३२१ मटियां मइल,

दिल्ली।



कलेजेमें देश के लिए दर्द पैदा करने वाली

राष्ट्रीय गल्पों का अपूर्व संग्रह



[ले० श्री युक्त 'प्रकाश']



सोहागरात

शीघ्र प्रकाशित होगी ! शीघ्र प्रकाशित होगी !!

व्यवस्थापक—

जीवन-ज्योति साहित्य सदन

दिल्ली ।

छप रहे हैं !

छप रहे हैं !!

कविराज श्री पं० उपेन्द्रनाथ लिखित

स्वा

स्वा

स्थ

स्वा

स्थ

स्थ

रजा

रजा

रजा

स्वास्थ्यरजा के सन्निधिम

स स

नि

नि

नि

य

य

य

म

म

म

इस उपयोगी पुस्तक का मूल्य लागत मात्र बारह आना ।

व्यवस्थापक—

जीवन-ज्योति साहित्य सदन २३२१ मटियामहल दिल्ली ।

शीघ्र प्रकाशित होगी !

शीघ्र प्रकाशित होगी !

हृदय में तड़प पैदा करने वाली जीवन प्रद

कहानियां का संग्रह

सोहाग रात

(ले० श्रीयुत "प्रकाश")

यदि आप के पांच हाथ लम्बे चौड़े शरीर में हृदय नामक कोई वस्तु है और उस में देश के लिए कुछ थोड़ा सा भी दर्द है तो यह कहानियां अवश्य पढ़िये इस से अधिक हम कुछ नहीं कह सकते।

व्यवस्थापक—

जीवन-ज्योति साहित्य सदन २३२१

मटिया महल दिल्ली ।

